

# Wenn draussen sein zur Qual wird



Behandelt in Burgdorf Allergie-Patienten: Dr. med. Katrin Bergmann-Hug. (Bild: hac)

**Pollen, Hausstaubmilben und Tierhaare verursachen bei vielen Menschen Atemwegs-Allergien, die das Leben stark beeinträchtigen können. Dr. med. Katrin Bergmann-Hug befasst sich als Allergologin im Spital Burgdorf unter anderem mit solchen Allergien.**

## **Frau Dr. Bergmann-Hug, was ist eine Allergie?**

Katrin Bergmann: Eine Allergie ist eine Überreaktion unseres Immunsystems auf harmlose Substanzen, meist Proteine, wie zum Beispiel Pollen, Hausstaubmilben, Nahrungsmittel oder Insektengift. Dabei kann es je nach Allergieauslöser zu lokalen Symptomen wie Augenreizung, Schnupfen, Asthma oder einem allergischen Schock kommen.

## **Wie häufig kommen Allergien in der Bevölkerung vor und in welcher Form?**

Bei rund 20 Prozent der Schweizer Bevölkerung besteht eine Pollenallergie. Ungefähr 6 Prozent leiden unter einer Milben- oder Nahrungsmittel-, 4 Prozent unter einer Insektengiftallergie.

## **Welches sind typische Symptome einer Pollenallergie?**

Neben dem vermeintlichen Schnupfen und Augenrötungen oft ein Juckreiz im Rachen und/oder den Ohren und je nach Schweregrad asthmatische Symptome. Diese können sich als Anfälle von Kurzatmigkeit und Atemnot oder als trockener Reizhusten bemerkbar machen. Bei einem Grossteil der Baumpollenallergiker treten zudem Kreuzallergien mit Lebensmitteln auf, v.a. mit Nüssen, Stein- und Kernobst.

## **Können Allergien aus heiterem Himmel auftreten?**

Ja, das ist leider so. Vor allem Insektengift- oder Nahrungsmittelallergien präsentieren sich häufig sehr überraschend. Bei Atemwegsallergien wird jedoch oft eine typische Allergiekarriere beobachtet: Bei 10 bis 15 Prozent der Kleinkinder kann eine Neurodermitis auftreten, die nach einer gewissen Zeit wieder verschwindet. Etwa die Hälfte dieser Kinder entwickelt im Vorschulalter ein Asthma und viele davon ab dem Schulalter eine Pollenallergie. Grundsätzlich ist es aber so,

## **Allergisch auf Insektenstiche**

Nicht jede Reaktion auf einen Insektenstich ist Zeichen einer Allergie: Eine Schwellung und Rötung der Einstichstelle ist «nur» eine lokale Entzündung und kann mit einer kühlenden Salbe behandelt werden. Echte Insektenstich-Allergien treten bei 3 bis 5 Prozent der Bevölkerung auf: Typisch ist ein Juckreiz an Handflächen, Fusssohlen, in den Achselhöhlen oder im Intimbereich mit darauffolgender Ausbreitung auf den ganzen Körper, oft in Kombination mit einem Nesselausschlag. Zudem können das Gesicht oder die Schleimhäute anschwellen. Es folgen in schweren Fällen Atemnot, Bauchkrämpfe und Schwindel bis hin zum Kreislaufkollaps durch einen anaphylaktischen Schock. Wichtig bei der Abklärung: Welches Insekt hat die Allergie ausgelöst? Was kann man im Notfall tun? Wie ist die Handhabung der Notfalltabletten und der Adrenalin-spritze? Ist eine Immuntherapie notwendig?

dass Allergien, auch ein typischer Heuschnupfen, in jedem Alter neu auftreten können.

### Wie wird eine Atemwegsallergie abgeklärt?

Mit Hauttests mit rund 25 verschiedenen Allergie-Auslösern, den sogenannten Pricktests, sowie gezielten Bluttests zum Nachweis von spezifischen Allergie-Antikörpern. Zum Teil wird auch eine kleine Lungenfunktionstestung durchgeführt.

## «Die Immuntherapie wirkt bei 70 von 100 Patienten.»

### Und wie wird eine solche Allergie behandelt?

Die Allergen-Vermeidung ist ein wichtiger Punkt. Pollenallergikern wird zum Beispiel empfohlen, sich gut über Pollenflug zu informieren und ihre Tätigkeiten im Freien daran anzupassen, zudem nur kurz zu lüften, die Haare zu waschen vor dem Schlafen und die Wäsche nicht draussen zu trocknen.

### Welche Medikamente helfen?

Zur Symptombekämpfung können Antihistaminika-Tabletten, Augentropfen oder Cortisonspray für Nase und/oder Lunge eingesetzt werden. Wichtig: Man muss diese Medikamente regel-

mässig anwenden, auch wenn man z.B. an Regentagen keine Symptome hat.

### Kann die Ursache einer Atemwegsallergie behandelt werden?

Die einzige ursächliche Therapie einer Allergie ist eine spezifische Immuntherapie, auch Desensibilisierung genannt. Das Immunsystem wird dabei mit Spritzen, Tabletten oder Tropfen wieder an die Pollen oder andere Allergene gewöhnt.

### Wie erfolgreich ist eine spezifische Immuntherapie?

Bei ungefähr 70 von 100 Patienten ist eine spezifische Immuntherapie wirksam. Meist verschwinden die Symptome nicht komplett, sind aber deutlich weniger stark oder sprechen viel besser auf die Symptombekämpfung an. Besonders gut wirksam ist die spezifische Immuntherapie mit Bienen- oder Wespengift, sie weist eine Erfolgsquote von 85 bis 95 Prozent auf.

### Wem empfehlen Sie eine spezifische Immuntherapie?

Allen Patienten, die trotz Symptombekämpfung unter den Allergiesymptomen leiden und deren Lebensqualität eingeschränkt ist. Zudem rate ich Patienten mit Asthma eher zu einer Immuntherapie. Auch Kinder profitieren häufig sehr gut davon.

### Kann man eine Allergie auch selber behandeln, ohne Arztbesuch?

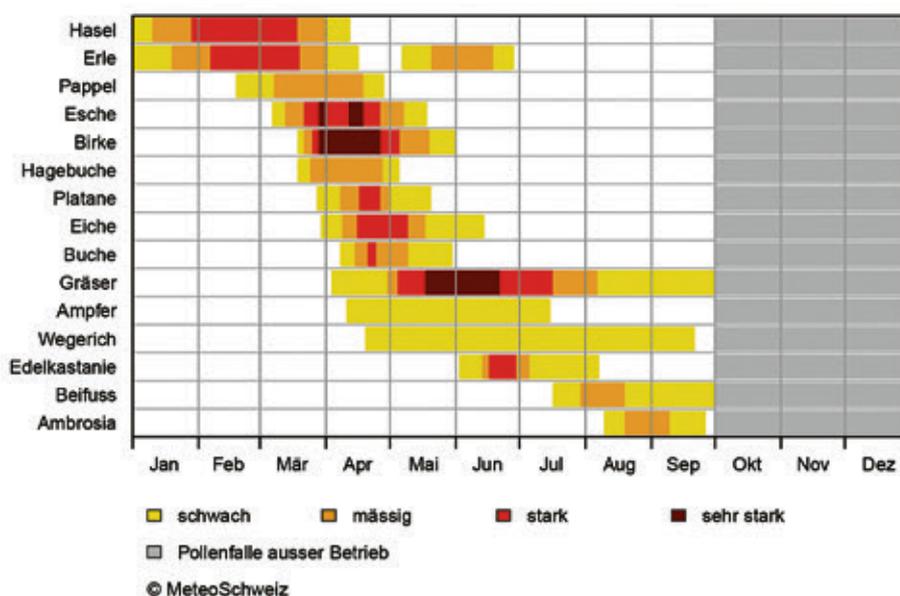
Ja, harmlose Symptome können mit Augentropfen oder antiallergischem Nasenspray behandelt werden. Wenn dies ungenügend ist, empfehle ich einen Arztbesuch zur Verschreibung von Antihistaminika oder Asthmamedikamenten. Vor allem Lungen-Symptome wie Reizhusten oder Atemnot müssen ernst genommen und korrekt behandelt werden, da dies Zeichen eines allergischen Asthmas sein können.

## Die Immuntherapie im Detail

Bei der Immuntherapie wird das Immunsystem des Körpers während drei bis fünf Jahren an den Allergieauslöser gewöhnt. Es gibt zwei Anwendungsformen:

- Spritzen unter die Haut (subkutan): Der Patient erhält entweder durchgehend jeden Monat eine Spritze oder aber 6 bis 8 Spritzen vor Beginn der Pollensaison.
- Tropfen oder Tabletten: Sie werden unter die Zunge gelegt oder getropfelt und dann über die Zungenschleimhaut in den Körper aufgenommen. Das geschieht vor und während der Pollensaison (3 bis 5 Monate).

Pollenkalender Schweiz 2000 – 2019



Wichtig für Pollenallergiker: der Pollenflug-Kalender des Bundesamtes für Meteorologie und Klimatologie. (Bild: zvg)

### Die Auskunftsperson



Dr. med. Katrin Bergmann-Hug  
 Fachärztin FMH für Allgemeine Innere  
 Medizin und für Allergologie und  
 klinische Immunologie  
 Leitende Ärztin Allergologie

### Kontakt:

Spital Emmental  
 Oberburgstrasse 54, 3400 Burgdorf  
 Tel. 034 421 23 95 (Sekretariat)  
 allergologie@spital-emmental.ch