

▷ Pollinose (Heuschnupfen)

Jedes Frühjahr derselbe Jammer: Kaum wird es nach einem langen Winter wieder fröhlich warm und die Natur zeigt sich in blühender Laune, stellen sich immer mehr Menschen auf eine mehr oder weniger schlimme „Pollensaison“ ein.

Mit juckenden Augen, rinnender oder verstopfter Nase, heftig niesend und oft auch schwer atmend kämpfen sie sich durch die warme Jahreszeit, oft bis spät in den Sommer hinein. Dabei wechseln sich beschwerdefreie Intervalle mit Tagen heftigster Symptome ab. Sonnenschein und Wind sind dabei meistens die Spielverderber, während regnerische, trübe Tage für Pollenallergiker oft die besten Zeiten sind. Nicht selten leiden diese Menschen auch an anderen **allergischen Erkrankungen** wie zum Beispiel Allergien gegen Hausstaub (Hausstaubmilben) und bestimmte Nahrungsmittel.

Durch überschießende **Abwehrreaktion des Organismus** auf verschiedenste Allergene (Blütenpollen) kommt es zu Entzündungen der Schleimhäute und zu den typischen Symptomen wie Juckreiz und/oder Brennen der Augen und der Nase sowie gelegentlich auch Atembeschwerden.

In der **Behandlung des Heuschnupfens** gibt es verschiedene Ansätze.

Der beste Schutz vor Pollen ist sicher, sich vor ihnen zu **verstecken**. Dies ist jedoch erstens nicht immer möglich und zweitens nicht immer befriedigend, da der Wunsch, sich in die freie blühende Natur zu begeben, oft ein sehnlicher ist.

Pollenfilter im Auto und im Staubsauger, **mehrmaliges tägliches Waschen** (Duschen) der Hände und des Gesichts zum Ausspülen des in den Wimpern und Hautnischen hängen gebliebenen Blütenstaubs sowie Ausbürsten der Kleidung (am besten von einem nicht allergischen guten Bekannten oder Verwandten durchführen lassen!) führen nicht selten zu einer Erleichterung der Beschwerden.

Die **Schulmedizin** bedient sich chemischer Substanzen, um die Symptome des Heuschnupfens zu mildern. Sogenannte **Antihistaminika** greifen in das Abwehrsystem unseres Organismus ein und wirken oft mildernd auf die Symptome. Auch **Cortisonpräparate** kommen wegen ihrer antiallergischen Wirkung bei starken Beschwerden zum Einsatz.

Der Nachteil dieser Behandlungsmethode besteht darin, dass sie rein unterdrückend wirkt und es zu keiner nachhaltigen, sondern nur vorübergehenden Besserung der Beschwerden kommt. Auch gewöhnt sich der Organismus zunehmend an

diese Substanzen, die dadurch bei längerer Anwendung an Wirkung verlieren.

Eine weitere Therapieoption in der schulmedizinischen Behandlung ist die sogenannte **Desensibilisierungstherapie**. Hierbei werden diejenigen Substanzen (Blütenstaub), auf die der Patient allergisch reagiert, in hoher Verdünnung entweder in bestimmten Abständen über eine Injektion subkutan (unter die Haut gespritzt) oder auch in Tablettenform oral verabreicht. Die Idee dabei ist, dass der Körper sich allmählich an das Allergen „gewöhnt“. Dabei wird über einen Zeitraum von 3 Jahren das Mittel einmal wöchentlich verabreicht (oder täglich eine Tablette eingenommen).

Trotz teilweiser guter Erfolge dieser Therapieform kommt es oft wieder zu Rückfällen der Erkrankung. Auch kommt es vor, dass die Behandlung wegen Nebenwirkungen abgebrochen werden muss.

Akupunktur bzw. **Homöopathie** als gut etablierte Heilmethoden haben sich zur Behandlung allergischer Erkrankungen sehr bewährt. Im Gegensatz zur Behandlung mit chemisch synthetisierten Substanzen wird hier versucht, den Organismus wieder ins Gleichgewicht zu bringen, die körpereigene überschießende Reaktion auf Allergene wird wieder auf den Normalzustand „heruntergefahren“.

Diese **Wiederherstellung eines gesunden Gleichgewichtes** ist ein Prozess, der vom Patienten auch ein gewisses Maß an Geduld erfordert. Vor den zu erwartenden Beschwerden werden jährlich im Frühjahr ca. 4 Akupunkturbehandlungen einmal wöchentlich durchgeführt. Gleichzeitig wird ein individuelles homöopathisches Arzneimittel ausgearbeitet, das den Patienten durch die Pollensaison „begleitet“. Dadurch werden die Beschwerden leichter und verschwinden im Lauf der Behandlung oft ganz.

Auch können in **Akutsituationen** während der ganzen Pollenzeit Behandlungen eingeschoben werden, die meist erhebliche Erleichterungen der Symptome bringen.

Insgesamt ist eine Zunahme der allergischen Erkrankungen zu beobachten. Die Ursachen hierfür sind nicht geklärt, wohl aber in der erhöhten Belastung durch „hausgemachte“ chemische Substanzen allgemein zu suchen.

Kontaktieren Sie mich bitte, wenn Sie Fragen zu diesem Thema haben. Gerne berate ich Sie bei einem unverbindlichen Informationsgespräch.

Dr. Klaus Trenkwaldner