

# Die Pollen fliegen wieder: So behandelt man die Symptome einer Allergie

Susanne Winter, MA, Tips Redaktion, 15.02.2018 12:07 Uhr

<https://www.tips.at/freizeit/gesund-fit/2928-die-pollen-fliegen-wieder-so-behandelt-man-die-symptome-einerallergie>



**Der Beginn der Pollensaison steht kurz bevor. Bezirksärztevertreterin Angelika Reitböck erklärt, wie eine Allergie zu erkennen ist und wie die Symptome zu behandeln sind.** Frühblüher wie Hasel und Erle beginnen meist im Februar zu blühen. Laut dem Pollenwarndienst des Landes OÖ hat die Blüte heuer schon Ende Jänner eingesetzt. Die kalte Witterung der vergangenen Woche hat diese Entwicklung jedoch abgeschwächt bis gänzlich unterbrochen. Aufgrund der bestehenden Blühbereitschaft von Hasel und Erle können jedoch schon wenige Sonnenstunden mit Temperaturanstieg zu geringen bis mäßigen Pollenbelastungen führen.

## Allergie oder Erkältung

Läuft zu dieser Jahreszeit die Nase, ist es oft schwierig zu unterscheiden, ob es sich um Symptome einer Allergie oder einer Erkältung handelt. Die Symptome sind sehr ähnlich: Schnupfen mit laufender Nase, Müdigkeit und Niesen. „Ein Hinweis auf eine Allergie ist das rasche und lang anhaltende Auftreten der Symptome sowie Juckreiz im Bereich der Augen und der Nase, oft kombiniert mit häufigem Niesen und klare Sekrete. Typisch ist auch, dass die Symptome bei Schönwetter schlimmer werden“, weiß Angelika Reitböck, Ärztin für Allgemeinmedizin in Steyring.

**Ursache von Allergien** Allergien können sich, laut Reitböck, in jedem Lebensalter entwickeln, vom Kleinkind bis zum Greis. „Die Veranlagung dazu wird häufig vererbt. In den Industrieländern treten Allergien wesentlich häufiger auf. Als Ursachen dafür gibt es viele Vermutungen“, so die Bezirksärztevertreterin.

**Genetische Veranlagung** In Studien sei die genetische Veranlagung nachgewiesen worden. Das heißt, je mehr Familienmitglieder an einer Allergie leiden, umso höher ist das Risiko für die Kinder, auch an einer Allergie zu erkranken. Zudem verringere das Aufwachsen auf einem Bauernhof, besonders, wenn dort auch Kühe leben, das Risiko, eine Allergie zu bekommen enorm. Wenn sich Schwangere im Stall aufhalten, werde das Risiko für ihre Babys, an Heuschnupfen oder Asthma zu erkranken, stark reduziert.

**Luftverschmutzung** Die Luftverschmutzung bzw. Feinstaubbelastung führe dazu, dass Birken, die in einer städtischen Umgebung stehen und blühen, vielfach mehr allergenauslösende Birkenpollen produzieren als Birken, die in ländlicher Umgebung aufwachsen. Zudem seien mit Feinstaub (Rußpartikeln) „verunreinigte“ Pollen viel stärker allergieauslösend.

**Stillen und Haustiere** Das Stillen von Kindern in den ersten vier Lebensmonaten habe ebenfalls eine allergievorbeugende Wirkung. Der Darm ist das größte Immunorgan des Körpers, so hat er Zeit, sich auf die Allergene vorzubereiten. Ab dem 4. Lebensmonat wird allerdings ein Zufüttern unbedingt empfohlen. „Bei bestehender Allergiegefahr ist von der Anschaffung einer Katze eher abzuraten. Sie erhöht das Risiko eher, an einer Allergie zu erkranken, besonders, wenn sie erst nach der Geburt des Kindes in den Haushalt kommt“, so Reitböck.

**Unbewiesene Theorien** Bislang unbewiesene Theorien in der Allergieentstehung sind, laut der Ärztin, die vermehrte Hygiene durch die unser Abwehrsystem nicht mehr ausreichend gefordert wird sowie konservierte Lebensmittel und Fertiggerichte ohne Bakterien. Dass Impfungen das Immunsystem irritieren und die Anfälligkeit für Allergien erhöhen, wurde durch keine seriöse wissenschaftliche Studie bewiesen. „Wir sehen hingegen durch die zunehmende Anzahl von Impfgegnern das Phänomen der Rückkehr von Krankheiten, die schon als beinahe ausgerottet galten (Masern, Kinderlähmung)“, so Reitböck.

**Nachweis einer Allergie** Durch einen Hauttest kann das ganze Jahr über rasch geklärt werden, ob eine Pollenallergie besteht. Dieser Test wird bei Fachärzten für Dermatologie, Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde und Lungenkrankheiten durchgeführt.

**Behandlung der Symptome** Zur Behandlung der Symptome werden Augentropfen, Nasensprays und Tabletten eingesetzt, die die Entzündungen reduzieren. Verhindert werden soll der sogenannte „Etagenwechsel“, also dass sich die Allergie von Augen und Nase auf die Lunge niederschlägt und in ein allergisches Asthma übergeht. „Ohne Behandlung ist dies etwa bei jedem vierten Betroffenen der Fall“, berichtet Angelika Reitböck. Die Ärztin empfiehlt Impfbehandlungen mit Spritzen oder Tropfen, um dies zu verhindern.