

Informationsblatt

zur Gräser- und Getreidepollen-Allergie

Liebe Patientin, lieber Patient,

für jeden Allergieklienten ist es sehr wichtig herauszufinden, wogegen er allergisch ist. Erst dann ist eine gezielte Behandlung möglich. Wie diese Behandlung aussieht, wird Ihr Arzt entscheiden. Möglicherweise genügt schon die weitgehende Meidung des betreffenden Allergens, um Ihre Beschwerden herabzusetzen.

Ist dies jedoch nicht möglich, so muß eine spezifische Immuntherapie durchgeführt werden. Auch während dieser Behandlung, bei der dem Körper die verantwortlichen Allergene in kleinen Mengen verabreicht werden, sollte man den Kontakt mit diesen Allergenen in seiner Umwelt möglichst vermeiden, damit es nicht zu einer Verstärkung der allergischen Reaktionen kommt. Dazu muß der Patient aber über seine Allergie informiert sein.

Was sind Pollen und welche Rolle spielen sie als Allergieauslöser?

Mit Heuschnupfen oder Heufieber bezeichnet man eine Allergie gegen Blütenstaub (Pollen). Der Pollen dient der Befruchtung von Pflanzen. Er wird von Insekten oder vom Wind von einer Pflanze auf eine andere übertragen. Insektenbestäubte Pflanzen (z. B. Blumen und Sträucher mit großen oder bunten Blüten) bilden meist größere stachelige oder klebrige Pollenkörner, die gut an den Insekten hängen bleiben. Windbestäubte Pflanzen dagegen (viele Kräuter, Bäume, hauptsächlich aber Gräser und Getreide) produzieren sehr viele kleine, glatte Körnchen, die leicht vom Wind weggetragen werden. Diese Pollen sind hauptsächlich als Allergieauslöser anzusehen, da sie fast überall anzutreffen sind und leicht in die Atemwege gelangen. In bestimmten Monaten kommen sie in großer Menge in der Luft vor und können bis zu Hunderten von Kilometern weit verbreitet werden. Besonders stark ausgeprägt ist der Pollenflug in den frühen Morgenstunden.

Bei Kontakt mit den menschlichen Schleimhäuten entleeren sich die Pollenkörner und geben verschiedene Substanzen frei, die für die allergischen Reaktionen verantwortlich sind.

Wie äußert sich eine Allergie auf Gräser und Getreidepollen?

Beschwerden machen sich vor allem an den Atemwegsorganen, der Nase und den Augen bemerkbar, wie z. B. Asthma bronchiale, Atemnot, Schnupfen, Niesanfalle, Augentränen und -jucken.

Es ist charakteristisch für eine Pollenallergie, daß die Beschwerden saisonal, d. h. nur in ganz bestimmten Monaten, auftreten und zwar zur Blütezeit der verantwortlichen Pflanzen, die

regional je nach örtlichen und klimatischen Verhältnissen (Hochgebirge, Flachland usw.) variiert. Große Mengen von Gräser- und Getreidepollen in der Luft findet man in den Monaten Mai, Juni und Juli.

Die allergologisch wichtigsten Gräserpollen stammen von Wiesenlieschgras, Knäuelgras, Wiesenrispengras, Glatthafer, Wiesenschwingel und Wiesenfuchsschwanz.

Unter den Getreidepollen hat der Roggen die größte Bedeutung. Roggenpollen sind in unseren Breiten die aggressivsten überhaupt.

Da die Gräser so nah miteinander verwandt sind, ist der Patient fast immer gegen mehrere verschiedene Gräser allergisch.

Welche Möglichkeiten der Allergiebehandlung gibt es?

Auf Grund der vorliegenden Ergebnisse der Allergiediagnostik wird Ihr Arzt die speziell für Sie in Frage kommenden Behandlungsmöglichkeiten auswählen. In den meisten Fällen führt man eine spezifische Immuntherapie mit Gräser- und Getreidepollenextrakt durch, da man den Kontakt mit Gräser- und Getreidepollen nicht unterbinden kann. Je nach Beschwerdedauer erhalten Sie 2-3 Jahre in regelmäßigen Abständen eine Allergenlösung injiziert (für Kinder gibt es eine Tropflösung zum Einnehmen), so daß Sie gegen das oder die Allergene unempfindlich werden. Fallweise kann eine Behandlung mit Medikamenten zusätzlich oder zur Überbrückung notwendig sein, wenn es der Arzt für erforderlich hält.

Richten Sie sich genau nach den Anweisungen des Arztes.

Wie können Sie selbst die Allergiebehandlung sinnvoll unterstützen?

- Halten Sie sich in den Monaten Mai, Juni und Juli möglichst wenig im Freien auf. Unterlassen Sie Ausflüge durch Wiesen und Getreidefelder, besonders in den Vormittagsstunden an sonnigen, windigen Tagen.
- Schlafen Sie bei geschlossenen Fenstern oder schließen Sie diese vor 4 Uhr morgens, da der Pollenflug bereits um diese Zeit einsetzt.
- Unterlassen Sie Radfahren, Laufen oder andere sportliche Betätigungen in freier Natur; betreiben Sie Sport nur im Stadtgebiet oder in Turnhallen.
- Halten Sie beim Autofahren die Fenster geschlossen und schalten Sie die Lüftung aus.
- Halten Sie Ihre Wohnung und Ihren Arbeitsplatz möglichst staubfrei (Fenster wenig öffnen) und vermeiden Sie jeden Kontakt mit Haustieren.

Für weitere Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Priv.-Doz.Dr.med.habil. C.G. Schirren