



# Allergiesaison hat begonnen

## Was schnell wirkt und langfristig helfen kann

Es ist auch eine Folge des milden Winters: Die Allergiesaison ist in diesem Jahr früh gestartet – Hasel- und Erlenpollen sind bereits unterwegs. Der in Kürze beginnende Birkenpollenflug wird in diesem Jahr laut Expertenmeinung außergewöhnlich stark ausfallen. Damit wird sich die Zahl derer, die an juckenden Augen, Schniefnase und schlimmstenfalls allergischem Asthma leiden, nochmals deutlich vergrößern. Apothekerinnen und Apotheker sind erste Anlaufstelle in der persönlichen Beratung von Medikamenten, die lästige Allergiesymptome schnell und zuverlässig lindern.

### Bei leichteren Beschwerden helfen Nasen- und Augensprays

Dem Allergiespuk lässt sich mit modernen Medikamenten aus der Apotheke zuverlässig ein Ende setzen. Was sich für wen eignet, hängt dabei auch von der Stärke der Allergie ab. Für leichte Beschwerden kommen Nasensprays und Augentropfen in Frage, die zum Beispiel die Wirkstoffe Levocabastin, Ketotifen oder Azelastin enthalten. Sie wirken lokal und helfen direkt dort, wo man die Symptome unangenehm spürt. Außerdem dürfen sie mehrfach täglich eingesetzt werden. Im Gegensatz zu abschwellenden Schnupfensprays, die nur maximal eine Woche angewendet werden dürfen, weil sie den Nasenschleimhäuten schaden können, haben antiallergische Nasensprays diese Nebenwirkung nicht.

### Keine Angst vor lokalem Kortisol

Bei starken lokalen Allergiesymptomen im Nasen-Rachen-Raum haben mittlerweile Sprays einen festen Platz, die Kortisol enthalten. Dieses Hormon der Nebennierenrinde ist ein wirksamer Hemmstoff von Allergien und Entzündungen. Weil Kortisol-Medikamente direkt in der Nase eingesetzt

werden, muss man Nebenwirkungen nicht fürchten. Die Wirkung bleibt nahezu vollständig lokal beschränkt. Bis sich die Wirkung vollständig entfaltet, braucht es ein paar Tage. Voraussetzung ist eine regelmäßige Anwendung.

### Tabletten als sichere Alternative

Wer mit den lokal einsetzbaren Präparaten keine deutliche Linderung erzielt, ist besser mit Tabletten beraten, eventuell zusätzlich zu Nasenspray und Augentropfen. Die Wirkstoffe in den Tabletten heißen Antihistaminika. Sie hemmen den Mechanismus im Körper, der bei Menschen mit Allergien anspringt: Das Gewebshormon Histamin wird freigesetzt und sorgt für die lästigen Allergiebeschwerden. Wirkstoffe wie Cetirizin und Loratadin hemmen das Histamin und dämpfen auf diese Weise merklich das allergische Geschehen. Sie werden meist einmal am Tag eingenommen, ihre Wirkung setzt nach etwa zwei Stunden ein.

### Eine spezifische Immuntherapie ist langfristig angelegt

Die beste Therapie einer Allergie kann allerdings nicht vor der Möglichkeit eines sogenannten Etagenwechsels schützen, das heißt: Allergien können in den oberen Atemwegen in die Bronchien herabwandern und dort Asthma auslösen. Wer dieses Risiko für sich so weit wie möglich ausschließen möchte, sollte sich bei seinem Arzt nach einer spezifischen Immuntherapie, der sogenannten Hyposensibilisierung, erkundigen. Bei dieser langfristig angelegten Behandlung lernt der Organismus, sich an die Pollen, auf die er überreagiert, zu gewöhnen. Mittlerweile gibt es mehrere Verfahren für eine Hyposensibilisierung.

**Allergien und ihre Symptome sind höchst unterschiedlich und stets individuell – nutzen Sie daher die persönliche Beratung in Ihrer Apotheke!**