

# Die Pollen fliegen wieder

Frühjahrszeit ist leider auch wieder Heuschnupfenzeit. Es beginnt mit Hasel und Erle und endet mit Süßgräsern und Beifuß. Somit dehnt sich die Pollensaison von den ersten warmen Tagen im März bis in den Spätsommer hinein. Ungefähr jeder Sechste ist hierzulande mittlerweile betroffen. Manche haben nur ein paar Wochen leichte Beschwerden wie Niesreiz und juckende tränende Augen. Andere leiden sehr stark, haben dazuhin Husten und Atemnot. Wenn zu der allergischen Rhinitis, wie der Heuschnupfen in der Fachsprache genannt wird, auch noch Bronchialasthma hinzukommt, spricht man von einem „Etagenwechsel“. Um dies zu verhindern, ist eine frühzeitige und wirkungsvolle Behandlung von Heuschnupfensymptomen so wichtig. euschnupfen ist eine Immunglobulin- E- vermittelte Entzündungsreaktion, ausgelöst durch ein eingeatmetes Allergen. Wer nur an Tagen mit stärkerer Pollenbelastung Symptome zeigt, kommt meist gut mit den lokal eingesetzten schnellwirksamen Antihistaminika zurecht. Es gibt sie als Augentropfen und Nasenspray, so dass man sie je nach Symptomatik gezielt einsetzen kann. Auch systemisch wirksame antiallergische Tabletten sind auf dem Markt. Sie machen zwar nicht mehr so müde wie die früher eingesetzten Präparate, dennoch wendet man sie am besten abends an. Den größten Effekt bei der Behandlung der allergischen Rhinitis haben cortisonhaltige Nasensprays. Wenn sie regelmäßig während der Pollensaison angewendet werden, reduzieren sie die Entzündungsreaktion in den Atemwegen und senken das Risiko für einen Etagenwechsel deutlich. Übrigens haben Cortison- Nasensprays auch einen lindernden Effekt auf die lästigen Augensymptome. Viele Menschen lehnen Cortison aus Angst vor Nebenwirkungen ab. Diese sind al-



Foto: Blende 8

Apotheker Dr. Lutz Engelmann

lerdings bei den modernen Wirkstoffen wie Fluticason und Mometason kaum zu befürchten, da diese nur lokal wirksam sind und so gut wie nicht in den übrigen Körper gelangen. Sie sollen je nach Alter 1-2 x täglich angewendet werden. Wichtig zu wissen ist, dass sie regelmäßig angewendet werden müssen, denn die Symptomlinderung setzt erst nach 12 Stunden ein, bis zur vollen Wirksamkeit dauert es drei bis vier Tage. Sie kommen so lang zum Einsatz, wie der Patient den Pollen ausgesetzt ist. Ist das länger als vier Wochen, entscheidet der Arzt wie lang und in welcher Dosierung die Behandlung fortgesetzt wird. Einige Präparate stehen nun auch rezeptfrei für die kurzzeitige Anwendung bei Erwachsenen zur Verfügung, wenn vom Arzt eine allergische Rhinitis diagnostiziert wurde und andere Antihistaminika nicht ausreichend wirksam sind. Bei einer nur kurzdauernden Anwendung sind es hochwirksame, sichere Medikamente, die vor allem den gefürchteten Etagenwechsel entgegenwirken. Zur Anwendung neigt man den Kopf leicht nach vorn und sprüht parallel zur Nasenscheidewand, das beugt dem Risiko von Nasenbluten vor.

**Ihr Apotheker  
Lutz Engelmann**