



PRESSEMITTEILUNG

Pollen auf dem Vormarsch

Milder Winter sorgt bei Allergikern für frühe Reaktion

Bremen, 28. März 2014. Die einen haben sich über den milden Winter gefreut, andere hätten sich knackige Temperaturen und Schnee gewünscht. Allergiker haben teilweise schon seit Januar mit den Auswirkungen des Wetters zu kämpfen. Die Apothekerkammer Bremen rät, sich rechtzeitig und ausreichend mit entsprechenden Mitteln auszustatten.

Die Sonne ist immer häufiger zu Gast in Bremen. Die ersten Bäume, Sträucher sowie Blumen fangen an zu blühen. Ein schöner Anblick – wäre da nicht der Pollenflug, der in diesem Jahr extrem früh eingesetzt hat. Hasel, Erle, Birke, Esche und Pappel befinden sich teilweise schon in ihrer Hauptblüte, was Allergiker schnell zu spüren bekommen haben. „Die pollenfreie Zeit war in diesem Jahr leider nicht so lang wie sonst, daher haben Heuschnupfengeplagte bereits jetzt Beschwerden“, erklärt Dr. Richard Klämbt, Präsident der Apothekerkammer.

Allen Allergikern sei geraten, sich auf die Saison gut vorzubereiten und Rat in der Apotheke zu holen. So sollten sie stets dafür sorgen, dass ihre Mittel in der Nähe sind, falls ein Akutfall eintrete. Auf lange Sicht gesehen, sei es ratsam, sich ausreichend mit entsprechenden Mitteln zu versorgen. „Der Pollenflug verstärkt sich im Laufe des Jahres. Besonders im April und Mai ist die Belastung durch Birke, Eiche, Eibe, Esche, Flieder und Rotbuche groß“, so Klämbt.

Schnelle Wirkung durch Antihistaminika

Antihistaminika unterdrücken die Symptome wirkungsvoll und schnell. Der Name leitet sich von der Wirkweise dieser Mittel ab. Sie blockieren im Körper die Andockstellen des Botenstoffes Histamin, der eine zentrale Rolle bei allergischen Reaktionen spielt. Histamin bewirkt unter anderem, dass die Nasenschleimhaut anschwillt und vermehrt Sekret absondert. Zudem ist die Substanz für den lästigen Juckreiz mitverantwortlich. Ein großer Vorteil der modernen Antihistaminika ist, dass sie kaum noch Müdigkeit hervorrufen. Welches Präparat am besten für den Betroffenen geeignet ist, lässt sich im Gespräch mit dem Apotheker erörtern. Angeboten werden die Präparate als Augentropfen, Nasensprays, Tablettenform und als Aerosole zum Inhalieren. Es empfiehlt sich, die Tabletten abends zu nehmen, denn dann wirken sie vor allem in den frühen Morgenstunden, wenn die Symptome am stärksten sind. Die Tabletten schlagen ein bis zwei Stunden nach Einnahme an und halten bis zu 24 Stunden.

Wer vorbeugen möchte, greift am besten zu den Wirkstoffen Cromoglicinsäure und Nedocromil. Die Substanzen bewirken, dass weniger Histamin freigesetzt wird. Somit wird die Heuschnupfen-Symptomatik abgeschwächt. Sie benötigen allerdings eine gewisse Anlaufzeit. Die Mittel wirken also nicht sofort, sondern erst nach etwa zwei bis drei Wochen.



Sollte sich keine Verbesserung einstellen, ist der Einsatz von Glukokortikoiden – in voriger Absprache mit dem Hausarzt – eine weitere Option. „Glukokortikoide verhindern oder lindern alle mit allergischen Reaktionen verbundenen Entzündungen“, erläutert Klämbt. Es wirkt sowohl auf die Schleimhäute der Nase und Augen, als auch abschwellend und antientzündlich im Bronchialsystem. „Die Präparate gibt es allerdings nur auf Rezept und sind bei besonders schweren Fällen indiziert“, so der Kammerpräsident.

Aktiv gegen die Pollen

Neben dem passenden Antiallergikum ist für Betroffene in dieser Zeit besonders wichtig, auf die Pollenflugvorhersagen zu achten. Mittlerweile gibt es auch einige Apps für das Smartphone, sodass Allergiker immer schnell nachsehen können, wie es in ihrem Umfeld aktuell mit dem Pollenflug aussieht.

Auch weitere Vorbeugemaßnahmen schaffen Linderung: So gibt es beispielsweise spezielle Staubsaugerfilter und Netze für Fenster. Das richtige Lüften ist ebenfalls das A und O in dieser Phase. In der Stadt sollte am besten in den frühen Morgenstunden gelüftet werden, auf dem Land am späten Abend. Nach einem Regenschauer ist die Luft besonders rein, da feuchte Pollen schlechter fliegen.

Über die Apothekerkammer Bremen:

Die Apothekerkammer Bremen vertritt die Anliegen der Apothekerschaft in Bremen und Bremerhaven. Sie vermittelt die Interessen der rund 540 Kammermitglieder im Land Bremen in der Politik, der Öffentlichkeit und den Medien. Hinter den Mitgliedern stehen etwa 180 öffentliche Apotheken und drei Krankenhausapotheken. Die Kammer engagiert sich für ein kostenbewusstes Gesundheitssystem, für hohe Qualität und Beratungskompetenz in den Apotheken. Sie steht für die Grundsätze der Standes- und Berufspolitik und arbeitet aktiv an deren Weiterentwicklung. Als Partner im bremischen Gesundheitswesen hat sich die Kammer die Realisierung zukunftsfähiger Dienstleistungen auf die Fahnen geschrieben. Dabei berücksichtigt die Kammer stets ausgewogen die Interessen von Apothekern / Apothekerinnen und Kunden/Kundinnen. Weitere Informationen unter www.ak-bremen.de

Rückfragen an:

neusta communications GmbH
Wiebke Jakob
Konsul-Smidt-Straße 24
28217 Bremen
Telefon: 0421/79 06 89
E-Mail: w.jakob@neusta-communications.de