



**Apothekerkammer Bremen**  
Körperschaft des öffentlichen Rechts

Eduard-Grunow-Str. 11  
28203 Bremen  
Telefon: 0421/17 09 17

# PRESSEMITTEILUNG

## **Allergiker aufgepasst: Pollen fliegen bereits vermehrt**

**Apothekerkammer Bremen über Heuschnupfen und Hilfsmittel**

**Bremen, 26. März 2015 – Endlich ist wieder Frühling – doch schon seit einiger Zeit merken Heuschnupfengeplagte, dass die Pollensaison bereits begonnen hat. Jetzt im März fliegen vermehrt Weide, Hasel, Erle und Pappel durch die Lüfte und sorgen bei Betroffenen für juckende Augen und Niesattacken. Die Apothekerkammer Bremen rät dazu, sich frühzeitig mit entsprechenden Mitteln auszustatten.**

Wer sich als Heuschnupfenpatient rechtzeitig vor dem Start der Pollensaison mit Antiallergika versorgt, ist gut beraten. Denn im Vergleich zu den letzten Jahren, hat sich das Flugverhalten heute stark geändert. Gräser und Pollen sind aufgrund der milden Temperaturen und anderen Umwelteinflüssen bereits sehr früh unterwegs und sorgen bei Allergikern im schlimmsten Fall nahezu das gesamte Jahr für juckende Nasen und tränende Augen. „Birkenpollen bereiten hierbei die meisten Probleme, da sie am häufigsten Allergien auslösen“, erläutert Dr. Richard Klämbt, Präsident der Apothekerkammer Bremen. Umso wichtiger sei es, sich mit dem Pollenflugkalender der Region auseinander zu setzen, mit dem Hausarzt oder Allergologen entsprechende Mittel herauszufiltern und sich in der Apotheke beraten zu lassen.

### **Schnelle Wirkung erwünscht**

Der Grund, warum insbesondere Nase und Augen bei Heuschnupfen betroffen sind, lässt sich durch die hohe Anzahl an Mastzellen in der Nasenschleim- und Bindehaut erklären. Mastzellen schütten bei Kontakt mit Allergenen Histamin aus, was zum Anschwellen der Nasenschleimhaut und vermehrter Sekretbildung führt. Auch Niesattacken und Juckreiz werden durch den Botenstoff ausgelöst. Damit sich der Heuschnupfen nicht in die unteren Atemwege ausbreitet, gilt es, möglichst schnell und konsequent zu handeln. Der sogenannte „Etagenwechsel“ kommt bei 30 bis 49 Prozent aller Betroffenen vor: Die allergischen Beschwerden verschlimmern sich, gehen auf die Bronchien, und es kommt zum allergischen Asthma bronchiale. „Betroffene wünschen sich eine schnelle Linderung ihrer Beschwerden, doch sollten sie auch über eine langfristige Behandlung nachdenken“, so Klämbt.

Bei allergischen Beschwerden sind Loratadin und Cetirizin Mittel der ersten Wahl. Sie sind wirksam, gut verträglich und machen kaum müde – allerdings ist bei Cetirizin ein sedierender Effekt nicht



vollkommen auszuschließen, sodass Vorsicht beim Autofahren geboten ist. Gute und schnelle Hilfe versprechen auch Antihistaminika in Form von applizierbaren Präparaten: Nasenspray und Augentropfen. Innerhalb einer Viertelstunde setzt die Wirkung mit einem H1-Antihistaminikum ein. Arzneistoffe wie Azelastin und Levocabastin werden lokal als Augentropfen oder Nasenspray eingesetzt und halten zudem bis zu zwölf Stunden vor. Neuere Antihistaminika sind Rupatadin, Levocetirizin und Desloratadin. Sie gelten allgemein als sehr nebenwirkungsarm und werden mit abschwellenden sowie entzündungshemmenden Wirkungen in Verbindung gebracht. Sollte sich keine Besserung einstellen, ist der Einsatz von Glucocorticoid ratsam – allerdings in voriger Absprache mit dem Hausarzt. „Glucocorticoide verhindern beziehungsweise lindern alle mit allergischen Reaktionen verbundenen Entzündungen“, erläutert der Kammerpräsident. Es wirke sowohl auf die Schleimhäute der Nase und Augen als auch abschwellend und antientzündlich im Bronchialsystem.

Wer schon frühzeitig vorbeugen möchte, ist mit den Wirkstoffen Cromoglicinsäure und Nedocromil gut beraten. Sie agieren als Mastzellenstabilisatoren und bewirken, dass der Körper weniger Histamin freisetzt. Die Heuschnupfen-Symptomatik wird also abgeschwächt. Die Mittel wirken in der Regel allerdings nicht sofort, sondern erst nach etwa zwei bis drei Wochen. Die Anwendung muss regelmäßig mehrmals am Tag erfolgen.

### **Weitere Möglichkeiten zur Therapie**

Auch direkt zu Hause kann man etwas tun: So gibt es beispielsweise spezielle Staubsaugerfilter und Netze für Fenster, die Pollen abfangen. Zudem ist das richtige Lüften in der Pollenphase wichtig. In der Stadt sollte am besten früh morgens gelüftet werden, auf dem Land am späten Abend. Nach einem Regenschauer ist die Luft übrigens besonders rein, da feuchte Pollen schlechter fliegen.

Eine dauerhafte Lösung kann auch eine Hyposensibilisierung sein. Dabei handelt es sich um eine spezifische Immuntherapie oder Allergie-Impfung. Dem Allergiker wird in bestimmten Abständen per Spritze immer wieder der Stoff injiziert, auf den er reagiert. Eine schnelle Heilung darf allerdings nicht erwartet werden – erst nach drei bis fünf Jahren ist die Behandlung abgeschlossen, da das entsprechende Allergen in den ersten Wochen nur einmal wöchentlich in Steigerungen verabreicht wird. Ist die größtmögliche Dosis erreicht, bekommt der Patient nur noch alle vier bis acht Wochen eine Spritze. Sollte sich nach zwei Jahren keine Besserung einstellen, wird die Therapie abgebrochen. Neben dieser Möglichkeit der Heuschnupfenbekämpfung gibt es auch noch die Kurzzeit-Immuntherapie und die Rush-Immuntherapie. „Der Betroffene sollte vorab ausführlich mit seinem Hausarzt sprechen, welche Option sich für ihn eignet – oder ob sie überhaupt Erfolg verspricht“, so Klämbt. „Schwangere oder Menschen mit schwerem Asthma, Herz-Kreislauf- oder Tumor-Erkrankungen, Nierenproblemen oder einem geschwächten Immunsystem können diese Art der Therapie beispielsweise nicht in Anspruch nehmen.“



**Apothekerkammer Bremen**  
Körperschaft des öffentlichen Rechts

Eduard-Grunow-Str. 11  
28203 Bremen  
Telefon: 0421/17 09 17

Weitere Informationen unter: [www.ak-bremen.de](http://www.ak-bremen.de)

**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.

**Pressekontakt:**

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