



Heuschnupfen



Heuschnupfen kann die Freude vieler Menschen im Frühjahr und Sommer gründlich verderben!

Was ist Heuschnupfen?

Im Gegensatz zu dem, was der Name vermuten lässt, hat Heuschnupfen nichts mit Heu noch Schnupfen zu tun. Der Name beruht lediglich auf der Tatsache, dass die ersten Symptome meistens während der Heusaison auftreten.

Heuschnupfen ist eine allergische Reaktion, die durch Pollen (Blütenstaub) in der Luft verursacht wird. Pollen sind mikroskopisch kleine Körnchen, die aus den Staubfäden von Blumen, Sträuchern, Bäumen und Gräsern stammen, und die so klein und leicht sind, dass sie sehr einfach durch den Wind verbreitet werden.

Wann aufpassen?

Menschen können allergisch gegen Pollen einer oder mehrerer Pflanzensorten sein. Abhängig vom Pollen, gegen den man allergisch ist, kann also die Heuschnupfenzeit früher oder später einsetzen und einige Wochen bis zu einigen Monaten dauern.

Je nach den Witterungsverhältnissen können die ersten Pollen von Bäumen wie Birke, Hainbuche, Haselnussstrauch und Erle von Februar bis Mai Beschwerden verursachen. Während des Sommers bis zum Herbst verbreiten vor allem krautartige Pflanzen wie Gräser, Kettenblumen, Gänseblümchen, usw. ihre Pollenkörner.

Treiben Sie Sport und gehen Sie am besten am frühen Morgen spazieren!

Habe ich Heuschnupfen?

Heuschnupfen äußert sich wie eine Art Erkältung (Entzündung der Nasenschleimhaut und folglich eine laufende Nase) oder Asthma.

Um sicher zu gehen, ob Sie wirklich an der einen oder anderen Form von Heuschnupfen, leiden, können Sie das von Ihrem Hausarzt prüfen lassen. Dabei wird durch Anbringen von Pollenextrakten festgestellt, ob und gegen welche Pollen Sie allergisch sind.

Wie vorbeugen?

Bei warmem, trockenem und windigem Wetter, versuchen Sie nachmittags so viel wie möglich drinnen zu bleiben, da die Pollenkonzentration dann am höchsten ist.

Vermeiden Sie außerdem am besten Wälder und Wiesen und stellen Sie möglichst keinen Strauß mit blühenden Pflanzen, gegen die Sie vielleicht allergisch sind, ins Haus.

Für die meisten Allergiker wird das ein Traum bleiben, aber die beste Art, Heuschnupfen zu vermeiden, ist während der Pollensaison ans Meer oder ins Gebirge zu fahren, weil es dort wenig oder keinen Pollen gibt.

Wie behandeln?

Die Behandlung besteht meistens in der Einnahme von antiallergischen Mitteln.

In schwerwiegenden Fällen kann man erwägen, das Abwehrsystem durch Impfung immun gegen Pollen zu machen: hierzu werden über mehrere Monate eine stets höhere Dosis der die Allergie verursachenden Substanz unter die Haut injiziert.

Besprechen Sie die Behandlung stets im Voraus mit Ihrem Hausarzt!