ALLERGISCH GEGEN BÄUME?

STALLERGENES

Ihre Allergie kennen

Definition

Das Jahr beginnt mit der Baumpollensaison. Baumpollen sind häufige Auslöser einer Pollenallergie. Die meisten Beschwerden verursachen die Birkenpollen. Die sich verändernden klimatischen Bedingungen führen auch dazu, dass frühblühende Bäume wie die Birke, Erle und Hasel nach milden Wintern schon Wochen früher Pollen bilden. Bei manchen Bäumen verlängert sich auch die Blütezeit insgesamt.

Es gibt sechs große Baumfamilien, die für allergische Reaktionen verantwortlich sind:

- **Betulaceae:** Birke, Erle, Hainbuche, Hasel
- **Cupressaceae:** Zypresse, Wacholder, Thuja
- **Fagaceae:** Buche, Kastanie, Eiche
- **Oleaceae:** Olivenbaum, Esche, Liguster
- **Pinaceae:** Tanne, Kiefer, Fichte, Lärche, Zeder
- **Platanaceae:** Platane

Baumpollen sind anemophil, das heißt, sie werden durch den Wind verteilt. Schon eine geringe Konzentration von Pollen reicht aus, um eine Allergie auszulösen.

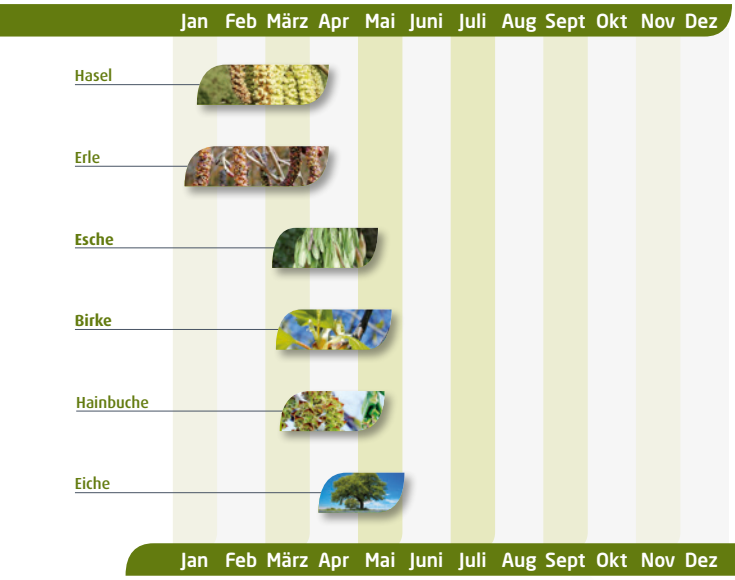
Erle

Hasel

Esche

Die Bestäubung bei Bäumen – Wo und wann?

Von den Bäumen, die man in unserer Umgebung findet, haben Esche und Birke eine besondere Gemeinsamkeit. Als überaus beliebte Zierbäume werden sie vorzugsweise zur Verschönerung von Parks, Gärten und auch für das Stadtgebiet eingesetzt. Sie besitzen allerdings auch ein hochallergenes Wirkungspotenzial. Die Pollensaison für Bäume erstreckt sich über einen langen Zeitraum und dauert von Jänner bis Mai und ist je nach Region unterschiedlich ausgeprägt.



Hainbuche

Birke

Ihre Allergie kennen

Allergie gegen Baumpollen

Heuschnupfen ist eine jahreszeitlich bedingte allergische Reaktion gegen Pollen.
Es ist eine Krankheit, die sehr häufig vorkommt.

Ca. 18,9 % der Bevölkerung in Europa sind gegen Baumpollen allergisch.*

1. Definition

Als Allergie bezeichnet man eine abnormale und überschießende Abwehrreaktion des Immunsystems nach Kontakt mit einem Fremdstoff – dem Allergen.
Dieses Allergen, das im Normalfall völlig harmlos ist, kann allerdings für sensibilisierte Personen gefährlich sein, denn bei ihnen verursacht das Allergen eine allergische Reaktion.

Eine Allergie entwickelt sich in 2 Abschnitten

- Zuerst wird die Substanz vom Immunsystem als „Fremdkörper“ identifiziert. Dabei produziert das Immunsystem bestimmte Antikörper – eine natürliche „Abwehrmaßnahme“.
- Reagiert das Immunsystem aber „überempfindlich“, kommt es bei erneutem Kontakt mit dieser Substanz zu einer allergischen Reaktion.

*Quelle: Bauchau et al. ERJ 2004

2. Die Symptome

Die jahreszeitlich bedingte allergische Rhinitis (Schnupfen) tritt als Reaktion gegen Pollen auf, wenn diese mit Nase und Augen in Kontakt kommen. Sie tritt jedes Jahr etwa zur gleichen Zeit auf, nämlich sobald sich in der Luft diejenigen Pollen finden, gegen die Sie allergisch sind.

Symptome für Heuschnupfen, die unter Umständen plötzlich und mit Heftigkeit auftreten können, sind:

- wässriger Ausfluss aus der Nase
- verstopfte Nase
- salvenartige Niesanfälle
- Juckreiz in Nase und/oder Rachen
- häufig auch eine Bindehautentzündung, die sich durch Tränenfluss, Rötungen und Augenbrennen äußert

Eine unbehandelte allergische Rhinitis kann sich verschlimmern und gegebenenfalls sogar zu allergischem Asthma führen (Etagenwechsel). Bei einem Etagenwechsel breiten sich die allergischen Beschwerden von den oberen Atemwegen auf die Bronchien aus.

Die Symptome für ein zusätzlich auftretendes allergisches Asthma sind:

- Atembeschwerden mit Beklemmungsgefühl im Brustkorb
- trockener Husten
- pfeifende Atmung

3. Lebensqualität

Eine Baumpollenallergie ist eine sehr belastende Krankheit und kann durch Schlafstörungen und Dauermüdigkeit zu erheblichen Einschränkungen in Schule, Beruf und Freizeit führen.

Ihre Allergie kennen

Bäume mit stark allergenen Pollen

Erle

- Familie: Betulaceae
- Größe: bis 25 m
- Lebenszyklus (jährlich): sommergrün
- **Pollensaison:** Jänner bis April

Birke

- Familie: Betulaceae
- Größe: 20 bis 25 m
- Lebenszyklus (jährlich): sommergrün
- **Pollensaison:** März bis Mai

Hainbuche

- Familie: Betulaceae
- Größe: bis 20 m
- Lebenszyklus (jährlich): sommergrün
- **Pollensaison:** März bis Mai

Esche

- Familie: Oleaceae
- Größe: 25 bis 40 m
- Lebenszyklus (jährlich): sommergrün
- **Pollensaison:** März bis Mai

Hasel

- Familie: Betulaceae
- Größe: 2 bis 5 m
- Lebenszyklus (jährlich): sommergrün
- **Pollensaison:** Jänner bis April

Schon gewusst?

DIE KREUZALLERGIEN

Bei einem Patienten mit Baumpollenallergie können auch allergische Reaktionen auf bestimmte Lebensmittel auftreten. Die Ursache für solche sogenannten Kreuzallergien liegt im Verwandtschaftsverhältnis der Pflanzen. Die Allergene ähneln sich untereinander. Das Immunsystem reagiert also nicht nur auf Pollen, sondern aufgrund ihrer Ähnlichkeit auch auf Substanzen, die in den jeweiligen Nahrungsmitteln enthalten sind. Birken können eine Kreuzreaktion mit Karotte, Kartoffel, Sellerie, Paprika, Knoblauch, Anis, Curry, Kiwi, Haselnuss, Walnuss, Mandel, Paranuss, Kirsche, Pfirsich, Birne, Apfel, Marille, Maracuja, Nektarine und Zwetschke hervorrufen.

Was können Sie gegen Ihre Allergie tun?

Vermeiden Sie …

An heißen und sonnigen Tagen verteilen sich die Pollen in der Luft. An windreichen Tagen können sie so kilometerweit getragen werden. Sie sollten wissen, dass die Pollenquote in der Luft an Regentagen oder an Tagen mit kalter und feuchter Witterung schwächer ist.

Einige Vorsichtsmaßnahmen

- Spaziergänge in Wäldern und baumreichen Parks während der Pollensaison vermeiden, vor allem wenn es trocken und sonnig ist.
- Fenster vormittags und zu Beginn des Nachmittags schließen. Das ist der Zeitpunkt, wo sehr viele Pollen in der Luft sind.
- Schließen Sie die Fenster während der Autofahrt.
- Vor dem Zubettgehen die Haare waschen, Kleidung außerhalb Ihres Schlafbereiches ablegen, um das Schlafzimmer möglichst pollenfrei zu halten.
- Richtiges Lüften: In Städten die Wohnung am besten am Morgen zwischen 6 und 8 Uhr lüften, dann ist die Pollenkonzentration in der Luft am geringsten. In ländlichen Gegenden ist die beste Zeit zwischen 19 und 24 Uhr.
- Am besten während der Pollensaison in pollenfreien Regionen den Urlaub planen: auf Inseln, am Meer oder in Hochgebirgslagen.

Symptome lindern

In Zeiten mit allergischen Symptomen kann die sogenannte „symptomatische“ Behandlung Linderung verschaffen. Die entsprechenden Medikamente werden entweder lokal oder oral angewendet.

Diese Behandlung mildert zwar die Symptome und unterdrückt die allergische Reaktion, behandelt die Allergie selbst jedoch nicht.

Beispiele für „symptomatische“ Behandlung: Antihistaminika, Kortikoide.

Als therapiebegleitende Maßnahme ist eine Nasenspülung mit speziellen Salzlösungen sinnvoll. Nach der Spülung ist Ihre Nase von Pollen befreit und Sie können wieder richtig durchatmen.

Jetzt als APP gratis downloaden!

Allergy Track

Allergy Track hilft Ihnen, mit Ihrer Allergie besser umzugehen. Ideal, wenn Sie Ihre Allergie-Symptome überwachen und Ihre Leistungsfähigkeit ermitteln wollen.

Pollen-App

Die Pollen-App bietet Ihnen aktuelle Werte für ganz Österreich und Deutschland und nützliche Informationen rund um das Thema Pollenallergie für unterwegs.

Allergy Track können Sie im App Store und auf Google Play herunterladen.

Was können Sie gegen Ihre Allergie tun?

Laut WHO (Weltgesundheitsorganisation) ist die Hyposensibilisierung (spezifische Immuntherapie) die einzige Behandlungsmethode, die eine tatsächliche Verbesserung von Allergien in Aussicht stellt, weil sie an der Ursache der Erkrankung ansetzt.

Diagnose

Bei Verdacht auf eine Allergie steht am Anfang einer Diagnose das Gespräch mit dem Arzt. Die detaillierte Krankheitsgeschichte des Patienten liefert bereits Hinweise auf eine mögliche Allergie.

Spezifische Immuntherapie/ Hyposensibilisierung

Bei einer Hyposensibilisierung wird dem Körper das Allergen in allmählich ansteigender Dosis zugeführt. Dadurch lernt das Immunsystem, dass das Allergen keine Gefahr darstellt. Damit der Erfolg sich aber dauerhaft einstellen kann, dauert die Therapie zwischen 3 und 5 Jahren.

Die Hyposensibilisierung wird in zwei Phasen unterteilt:

1. Einleitungsbehandlung: Dem Patienten wird schrittweise eine zunehmend höhere Allergendosis verabreicht, um den Körper an die Behandlung zu gewöhnen.
2. Fortsetzungsbehandlung: 3 bis 5 Jahre

Informationen zu Allergien finden Sie auf
www.stallergenes.at
www.allergie-frei-leben.at, www.pollenwarndienst.at
www.lungenunion.at, www.allergenvermeidung.org
www.plattform-immuntherapie.at

Bei einer Hyposensibilisierung gibt es zwei Behandlungsmöglichkeiten:

Subkutan
Dabei werden die Allergene in einer Lösung vom Arzt unter die Haut gespritzt (findet in der Arztpraxis statt).

Sublingual
Das Allergen wird in Tropfenform einmal pro Tag morgens eingenommen. Die Tropfen werden unter der Zunge platziert und nach 1 bis 2 Minuten geschluckt. Sie können selbstständig zu Hause eingenommen werden.

Hyposensibilisierung – vier grundlegende Vorteile bringen die Lebensqualität zurück:

1. deutliche Reduktion der Symptome
2. Reduktion symptomatischer Begleitbehandlungen gegen die Allergie
3. Risikoreduktion der Sensibilisierung gegen andere Allergene
4. Risikoverringerung der Weiterentwicklung zu Asthma

Der Schlüssel zum Erfolg:

1. frühzeitige Behandlung
2. regelmäßige Einnahme

Lassen Sie sich von Ihrem Facharzt beraten!

STALLERGENES Österreich GmbH
Mariahilfer Straße 103/15-16
1060 Wien, Austria

T : +43 (0) 1 533 74 74 0
F : +43 (0) 1 533 74 74 40
E: office@stallergenes.at

www.stallergenes.at
www.allergie-frei-leben.at

Stand 2013

Unsere Partner:

INNOVATION IM FOKUS
PATIENTEN IM HERZEN
STALLERGENES