Die Nase im **Wind**

Eine erfolgreiche **Immuntherapie** verspricht dauerhafte Besserung bei Heuschnupfen. Zudem kann sie verhindern, dass sich die Allergie ausweitet

Entspannt im Kornfeld Nach der erfolgreichen Therapie müssen Pollenallergiker Gräser nicht länger meiden

Frau Güthoff, wie kriege ich meinen Heuschnupfen los?
Die einzige Behandlung, die die Symptome langfristig bessern kann, bis hin zur Beschwerdefreiheit, ist die spezifische Immuntherapie. Der Effekt dieser Hyposensibilisierung ist umso stärker, je heftiger die Patienten unter Heuschnupfen leiden. Die Betroffenen gewinnen durch die erfolgreiche Therapie neue Lebensqualität, sie benötigen weniger Medikamente für die akuten Beschwerden, und sie schützen sich vor einer gefährlichen Ausweitung der Erkrankung.

Dr. Sonja Güthoff Die Ärztin leitet bei Bencard Allergie die medizinische Abteilung

Was bedeutet das?
Unbehandelt, kann die Pollenallergie vom Nasen-Rachen-Raum in die Lunge wandern. Fachleute sprechen von „Etagenwechsel“ oder „allergischem Marsch“. Dabei kommt zum Heuschnupfen ein allergisches Asthma, also eine Erkrankung, die sogar lebensgefährlich verlaufen kann.

Wie läuft die spezifische Immuntherapie bei Pollenallergie ab?
In den vergangenen Jahrzehnten haben sich unterschiedliche Formen der spezifischen Immuntherapie entwickelt. Beim klassischen Verfahren spritzt der Arzt dem Patienten das Allergen wiederholt unter die Haut. Das geschieht in zeitnahen Abständen standardisiert in aufsteigender Menge. Ist die Höchstmenge erreicht, genügt es, die Behandlung etwa im Monatsabstand fortzusetzen. Wem das zu aufwendig ist, für den gibt es eine Ultra-Kurzzeittherapie. Dank eines Adjuvans, das sonst im Bereich von Schutzimpfungen zur Wirkverstärkung eingesetzt wird, werden auch bei dieser Allergieimpfung nur vier Injektionen im Lauf von drei bis acht Wochen nötig. Zudem ist es möglich, sich die Allergene bei der sublingualen Immuntherapie per Tropfen oder Tablette täglich selbst unter die Zunge zu geben.

Wie lange dauert die Behandlung insgesamt?
Die spezifische Immuntherapie wird für mindestens drei Jahre empfohlen. Das ist wichtig, damit sich ein anhaltender Langzeiteffekt einstellen kann. Erste positive Effekte können sich oft schon in der ersten Saison zeigen.

Kann die Behandlung jederzeit beginnen?
Der ideale Start liegt außerhalb der Pollensaison, im Spätsommer und Herbst. Andernfalls wird das Immunsystem mit Allergenen aus zwei Quellen konfrontiert.

Das bedeutet, als Pollenallergiker sollte ich jetzt im Frühjahr andere Strategien wählen?
So weit möglich sollten Sie den Pollen, auf die Sie allergisch reagieren, ausweichen. Etwa indem Sie Straßenbekleidung außerhalb des Schlafzimmers ablegen oder Wäsche im Haus trocknen. Erfahrungsgemäß funktionieren solche Tipps jedoch nicht besonders gut. Antihistaminika oder Cortisonpräparate lindern die akuten Symptome der Allergie, können aber Nebenwirkungen mit sich bringen. Eine Alternative bietet das Synbiotikum Pollagen. Es enthält probiotische Milchsäurebakterien, die das Darmmikrobiom günstig beeinflussen und einen positiven Effekt auf das Immunsystem ausüben können. Studienergebnisse zeigen, dass die enthaltenen Bakterien mit dazu beitragen, die Symptome einer Pollenallergie zu reduzieren. ■

Mehr erfahren

Informationen rund um das Thema Allergien, einen Selbsttest sowie einen standortbezogenen Pollenticker finden Sie unter **www.bencard.com**

ANZEIGE Fotos: Plainpicture, PR