

## Welche Therapie hilft gegen Allergien ?

Ist es nicht zu spät, im Oktober danach zu fragen? Ja und nein:

Natürlich möchte man z.B. die Beschwerden in der Zeit des Pollenflugs gebessert haben. Diese symptomatische Therapie mit Nasentropfen, Augentropfen, Allergietabletten sollte konsequent durchgehalten werden. Somit ist zumindest für die laufende Saison Abhilfe geschaffen.

Grundsätzlich gilt: Die **Allergenvermeidung** bzw. die Reduktion der Allergene ist die wichtigste Maßnahme! Besser gesagt als getan? Natürlich trifft dies auf Haustiere, Schimmelpilzbefall und Milbenreduktion durch geeignete Maßnahmen zu. Aber wir können uns ja nicht ins Glashaus setzen, um den Pollen zu entgehen! Deshalb sollte man langfristig daran denken, eine sg. kausale Therapie (kausal=ursächlich) durchführen zu lassen. Die einzige kausale Therapie der Allergie ist die **Hyposensibilisierung** und kann die Entwicklung eines allergischen Asthmas verhindern. Sie kommt für Patienten mit nachgewiesener Allergie gegen Pollen, Hausstaubmilben, Schimmelpilzen und Insektengiften in Frage. Voraussetzung ist die genaue Diagnostik der Allergie im Vorfeld sowie die Bereitschaft des Patienten, die Hyposensibilisierung über 3-4 Jahre durchzuhalten. Die Erfolgsaussichten sind bei entsprechender Diagnostik, begrenzter Anzahl der Allergene, die die Allergie auslösen, und entsprechender Therapiedisziplin sehr gut.

Die Hyposensibilisierung sollte nur von allergologisch erfahrenen Ärzten durchgeführt werden. Schließlich greifen wir in das Immunsystem ein. Fragen Sie Ihren Hausarzt nach einem Anlaufpunkt in Ihrer Nähe!

Die klassische Hyposensibilisierung wird als subcutane Injektion, also als sg. Allergiespritze entweder nur einige Wochen vor der Pollenflugzeit wöchentlich oder ganzjährig im 4-Wochen-Abstand durchgeführt. Die Hyposensibilisierung mit Hausstaubmilben-, Schimmelpilzallergenen und Insektengiften kann nur ganzjährig erfolgen. Der Beginn der Therapie liegt in der beschwerdefreien/-armen Jahreszeit. In der Regel geht es den Patienten nach 3-4 Jahren Therapie deutlich besser.

In den letzten Jahren wurde auch die sg. sublinguale Hyposensibilisierung entwickelt. D.h. die Allergene werden regelmäßig, meist täglich, in Tropfenform unter die Zungen gegeben, um von der Schleimhaut aufgenommen zu werden. Ganz neu ist die sg. „Grastablette“. Sie ist aber eben nur bei der Gräserallergie wirksam.

Insgesamt sollte man sich vor Beginn der Therapie gut über die Vor- und Nachteile der verschiedenen Formen der Hyposensibilisierung informieren, ebenso über die möglichen Nebenwirkungen und die gesundheitlichen Voraussetzungen. Schließlich entscheidet man sich ja für einen langen Zeitraum.

Als dritte Therapiesäule für die Allergien steht die **Komplementärmedizin**, die hier außerhalb der Schulmedizin steht. Fragen Sie Ihren Hausarzt oder Allergologen danach, wenn vielleicht die schulmedizinischen Methoden nicht zur Anwendung kommen können oder nicht ausreichend geholfen haben. In der Regel werden jedoch solche Leistungen wie z.B. Akupunktur nicht von der gesetzlichen Krankenkasse übernommen.

Egal für welche der aufgeführten Therapien Sie sich entscheiden, der Herbst ist die richtige Zeit, sich darüber Gedanken zu machen. Denn sowohl für die Diagnostik als auch den Therapiebeginn z.B. mit einer Hyposensibilisierung haben wir jetzt optimale Bedingungen. Wie oft denkt man nicht mehr an seine Sommerbeschwerden bis zur nächsten Saison und muss feststellen: Wieder eine Chance verpasst, etwas zu verändern!

Übrigens: Falls Sie eine Hyposensibilisierung begonnen haben, ist es jetzt höchste Zeit, die Nachfolgebehandlung zu organisieren!