



WISSEN KOMPAKT

Heuschnupfen

**Booklet
jetzt gratis
in Ihrer Drogerie**

Inhalt

Leseprobe

Pollenallergie **4** Tränende Augen
und Atembeschwerden **5** Pollensaison **6**
Pollenfänger **7** Auslöser meiden **8**
Dauerhaft ausschalten **9** Rasch und
sanft lindern **10** Vorbeugen **12**
Schwarzkümmel **13** Test verschafft
Klarheit **14** Impressum **16**



Am besten denken Heuschnupfen-
Allergiker jeweils schon im Winter an
die nächste Pollensaison.

Allergisch auf Pollen

Heuschnupfen hat nicht unbedingt mit Heu und nicht zwingend mit Schnupfen zu tun. Aber garantiert mit Pollen. Die Pflanzen benötigen den Pollen zur Befruchtung, und die Natur liefert ihnen dazu unterschiedliche Strategien. Ein Beispiel ist die Bestäubung durch Insekten, ein anderes die Verteilung der Pollenkörner durch den Wind. Letzteres ist das System, das den Heuschnupfen-Allergikern zu schaffen macht. Die Situation ist für Betroffene umso unerfreulicher, als die Windbestäubung viel weniger gezielt funktioniert und daher mit der Produktion von Unmengen von Blütenstaub einhergeht. Erstaunlich, aber wahr: Die Blüten eines einzelnen Grashalms können rund vier Millionen Pollen enthalten. Pollen enthalten Eiweissverbindungen, die der Körper bestimmter Personen als Fremdstoffen betrachtet und somit bekämpft werden. Allergiker bilden beim ersten Kontakt mit der an und für sich harmlosen Substanz natürliche Abwehrstoffe, sogenannte Antikörper. Ab diesem Zeitpunkt stuft der Organismus die Pollenkörner (All-

Angeboren

Die Neigung, auf Pollen allergisch zu reagieren, ist wahrscheinlich angeboren.

ergen) als gefährlich ein. Der Körper ist sensibilisiert und bildet immer mehr Antikörper. Schliesslich kommt es zu einer allergischen Reaktion: Beim Kontakt mit dem Allergen reagiert der Körper, als müsse er Krankheitserreger abwehren.

Hatschi!

Weil das Allergen in der Luft mitfliegt, leiden Heuschnupfen-Betroffene besonders an Augen- und Atemwegsbeschwerden. Unsichtbar gelangen die mikroskopisch kleinen Pollenkörner in Augen, Nase und Körper. Die häufigsten Symptome:

- Juckende, tränende, brennende und geschwollene Augen, Bindehautentzündung
- Juckreiz in Gaumen, Nase und Ohren
- Niesanfalle, Fliessschnupfen, verstopfte Nase, wunde Nase. Angestauter Schleim in den Nasennebenhöhlen kann zu Kiefer- und Kopfschmerzen führen.

Leseprobe

Auch leichter Heuschnupfen sollte behandelt werden, denn eine langfristig unbehandelte Pollenallergie kann sich zu einem allergischen Asthma entwickeln. Indem die Entzündungen der Schleimhäute von den oberen Atemwegen in die Lungenregion wandern, entsteht ein sogenannter Etagenwechsel mit Verengungen der Bronchien und Verkrampfungen der Bronchialmuskulatur. Heuschnupfen mit Atembeschwerden muss ärztlich behandelt werden.

