



Erheblich höheres Unfallrisiko

Heuschnupfen ist heute fast schon eine Volkskrankheit. Doch die gängigen Medikamente können beträchtliche Nebenwirkungen haben.

Eine Patientin bekam mit 85 ihren ersten Heuschnupfen», sagt der Zürcher Allergologe Martin Kägi. Das ist ein Sonderfall, aber Ärzte beobachten, dass die Zahl der Patienten steigt, bei denen die Allergie erst nach dem 40. Lebensjahr beginnt. «Bis anhin ging die Fachwelt davon aus, dass Pollenallergien vor allem in der Pubertät oder im frühen Erwachsenenalter auftreten», sagt Hartwig Lauter vom Fachkrankenhaus Kloster Grafschaft in Schmallingenberg (D). Lauter: «Die Gründe für diese neue Entwicklung kennen wir noch nicht.»

Die Zahl der Pollenallergiker nimmt zu

Fest steht, dass die Zahl der Pollenallergiker ständig zunimmt. In der Schweiz reagieren mittlerweile 15 bis 20 Prozent der Menschen allergisch auf Pollen von Gräsern oder Bäumen. Und ihre Leidenszeit wird länger. «Durch die wärmeren Winter sind die Pollen länger in der Luft», erklärt Martin Kägi. Die meisten Allergiker nehmen Antihistaminika, um ihre Beschwerden zu lindern. Diese Medikamente unterdrücken die Bildung von Histamin im Körper, eine Art Entzündungsbotenstoff, der dafür sorgt, dass sich Blutgefässe erweitern und die typischen Symptome wie geschwollene Schleimhäute und Juckreiz auftreten.

Antihistaminika wirken zwar gut, viele Präparate beeinträchtigen aber die Reaktionsfähigkeit. Insbesondere die Präparate der ersten Generation haben diese Nebenwirkung. Doch selbst bei neueren Mitteln ist nicht auszuschliessen, dass Patienten sich benommen und abgeschlagen fühlen. «Die Präparate können individuelle Nebenwirkungen haben», beobachtet Martin Heuschnupfen: Kägi. Während der eine Patient einen Wirkstoff gut verträgt, fühlt sich ein anderer müde und unkonzentriert. Problematisch kann es werden, wenn Allergiker sich nicht streng an die Dosierung halten. Um beschwerdefrei zu sein, nehmen viele mehr als die empfohlene Menge ein, beobachten Hartwig Lauter und Martin Kägi. Was Betroffene zudem oft unterschätzen: Fast alle Präparate verstärken die dämpfende Wirkung von Alkohol massiv.

Experten schätzen, dass das Unfallrisiko von Allergikern um 30 Prozent erhöht ist. Entweder, weil sie ihre Allergie gar nicht behandeln und sich, erschöpft durch das aufgeputschte Immunsystem, hinters Steuer setzen. Oder weil sie falsche bzw. zu viele Medikamente einnehmen. Oder weil sie die Wechselwirkung mit anderen Medikamenten oder mit Alkohol nicht bedenken.

«Antihistaminika können nur Symptome lindern, eine Ausweitung zu Asthma, wie sie jeder dritte Allergiker befürchten muss, können sie nicht verhindern», betont Hartwig Lauter. Daher empfehlen die beiden Fachärzte schweren Allergikern eine Immuntherapie. Das heisst: Der Patient wird regelmässig mit kleinen Dosen eines Allergens, etwa

Birkenpollen, behandelt und der Körper gewöhnt sich an den Reizauslöser. Nach zwei, drei Jahren sind die Symptome oft verschwunden.

Grastablette gegen Gräserpollen: Bald auch in der Schweiz

Die Immuntherapie ist heute nicht nur als Spritzenkur erhältlich, sondern auch in Tropfenform. Die Krankenkasse zahlt beides. Seit März ist in Schweden eine Grastablette zugelassen, die gegen Gräserpollen immunisiert. Spätestens in der nächsten Pollensaison wird sie in der Schweiz erhältlich sein.

Vorsicht vor Nebenwirkungen

Diese Medikamente machen müde:

°Tavegyl (Clemastin)

°Fenistil (Dimetindenum)

Atarax (Hydroxyzin), vor allem bei Hautjucken.

Diese Medikamente eignen sich für Allergiker, die schlecht schlafen, sie sollten gezielt nur am Abend eingenommen werden.

Diese Medikamente machen weniger oder gar nicht müde:

°Zyrtec* und Nachahmerpräparate*, zum Beispiel Cetrin, °Cerzin-Mepha, °Cetallerg (Cetirizin)

Xysal (Levocetirizin)

Telfast (Fexofenadin)

Mizollen (Mizolastin)

Semprex (Acrivastinum)

°Claritine * (Loratadin)

Aerius (Desloratadin)

Pollivita, Tesalin (Pestwurz):

Pestwurz zeigte in Studien vergleichbare Resultate wie Antihistaminika, ohne müde zu machen. Da die Wirkung nicht lange anhält, muss das Extrakt dreimal täglich eingenommen werden.

° Grüne sind rezeptfrei

* Nur Kleinpackung rezeptfrei

In Klammern steht der Wirkstoff.

12. April 2006 | *Sigrid Cariola*