

Allergie – wenn das Immunsystem verrückt spielt

Fachbeitrag von Dr. Gernot Kuth, Dr. Ingo Rösener und Dr. Gottfried von Kirchbach



Jeder dritte Deutsche erkrankt im Laufe seines Lebens an einer Allergie der Schleimhäute, Atemwege oder Haut. Oft kommt es zu Mischformen mit Augentränen, Nießreiz, Asthma und Hautjucken. Nicht selten beginnt eine Allergie mit einem vermeintlich harmlosen Schnupfen oder Hautausschlag. Bleibt dieser unbehandelt, kann sich über Jahre nach einem so genannten Etagenwechsel ein allergisches Asthma mit Luftnot entwickeln. Auslöser für eine solche fehlgeleitete Immunabwehr im Körper sind Veränderungen der Lebensgewohnheiten, Umwelteinflüsse mit Feinstaub, übertriebene Hygiene, nichtheimische Lebensmittel, Veränderung der Darmflora durch Antibiotika und vermehrte Stressbelastung als wichtigem Co-Faktor. Ob wir überhaupt in unserem Leben eine Allergie entwickeln werden, liegt jedoch in unseren Erbanlagen. Daher ist die Allergieprävention bei Kindern von großer Wichtigkeit. Etwa zehn Prozent der Säuglinge entwickeln schon im ersten Lebensjahr ein atopisches Ekzem (Neurodermitis). Zudem können Allergien unsere Leistungsfähigkeit sehr beeinträchtigen. Neben den lästigen Symptomen machen oft freiverkäufliche antiallergische Medikamente leider auch sehr müde.

Nachgewiesen werden Allergien durch unterschiedliche Haut- und Provokationstestungen u.a. der Atemwege und durch spezielle Blutuntersuchungen. Oft sind verschiedene Untersuchungen notwendig, um unter all den etwa 50.000 Allergenen das Krankmachende zu finden. Durch die aktuelle Entwicklung im Gesundheitssystem ist zukünftig die stärkere

fachliche interdisziplinäre Zusammenarbeit unter Allergologen erforderlich, um Doppeluntersuchungen zu reduzieren, Wartezeiten zu verkürzen und leitliniengerechte Therapien gemeinsam einzuleiten.

Neben Vermeidungsmaßnahmen der Allergenauslöser und antiallergische Medikamente gibt es auch spezifische Immuntherapien. Allergene werden dabei in aufsteigender Dosierung in regelmäßigen Abständen in das Unterhautfettgewebe injiziert oder unter der Zunge verabreicht. Dabei lernt der Körper, sich kontrolliert mit den Allergenen auseinander zu setzen. Die meisten Behandlungen werden ambulant durchgeführt. Hyposensibilisierungen gegen Insektengifte jedoch nur stationär, bzw. mit unmittelbarer Klinikbindung.

Damit es erst gar nicht zum Krankheitsausbruch kommt, gibt es eine Vielzahl an Möglichkeiten, uns vor Allergien zu schützen. Gesunde Ernährung, Vermeidung von Allergieauslösern und eine ausgeglichene Lebensführung sind Beispiele dafür, wie wir unser Immunsystem im Gleichgewicht halten können,



damit die zunehmende Anzahl der leider auch immer aggressiver werdenden Allergene unser Immunsystem nicht verrückt spielen lässt. Ihr Haus-, Kinder- oder Facharzt wird Sie dazu gerne weiter beraten.