



Frühlingszeit: Leidenszeit für Allergiker

Frühlingszeit: Leidenszeit für Allergiker

Pollenallergien, also eine Überreaktion des Körpers auf Pollen von Bäumen, Blüten und Gräsern ist ein Massenphänomen. Mehr als zwölf Millionen Menschen leiden nach Angaben des Deutschen Allergie- und Asthmabundes hierzulande darunter. Wer allergisch reagiert, sollte auf jeden Fall den Arzt aufsuchen und einen Allergietest machen. Denn nur so kann eindeutig festgestellt werden, worauf die allergische Reaktion erfolgt und Symptome können zielgerichtet gelindert werden. Bei zu langem Zögern besteht auch das Risiko, dass sich die Symptome verschlimmern und es kann zum sogenannten Etagenwechsel kommen. Das heißt aus einem Augenjucken entsteht Asthma.

Hyposensibilisierung als Therapie

Viele Allergiker halten mittels Medikamenten, Augentropfen oder Nasenspray die Auswirkungen der Allergie in Schach. "Durch eine Hyposensibilisierung kann die Ursache einer Allergie behandelt werden. Dazu wird Allergikern ähnlich wie bei einer Impfung das Allergen, also der die Allergie auslösende Stoff, in steigender Dosis verabreicht", erläutert Dr. Walter Mildenerberger, Facharzt für Innere Medizin und Hausarzt in Falkensee. Der Körper soll sich daran gewöhnen und nach Abschluss der Therapie darauf nicht mehr überempfindlich reagieren. Eine solche Hyposensibilisierung ist eine längerfristige Angelegenheit und dauert mehrere Jahre.

Pollenfilter und Lüften

Allergiker können aber auch ganz kurzfristig gegen die Pollenbelastung etwas tun. So gibt es für die Fenster in der Wohnung spezielle Vlies, die die Anzahl der Pollen deutlich reduzieren. Ebenso lassen sich mit speziellen Pollenfiltern für den Staubsauger deutlich mehr Pollen aufsaugen als mit herkömmlichen Geräten. Für Autofahrer ist der Einbau von speziellen Pollenfiltern ebenfalls ratsam, denn die Niesattacken sind nicht nur störend, sondern erhöhen zudem die Unfallgefahr.

Auch die Zeiten, an denen die Wohnräume gelüftet werden sollten, spielen eine Rolle. So sind in der Stadt die Pollen meist abends unterwegs und folglich sollte in dieser Zeit aufs Lüften verzichtet werden. Auf dem Land ist es andersrum. Hier ist ein abendliches Lüften ratsam, da zu dieser Zeit weniger Pollen unterwegs sind. Besonders empfehlenswert ist das Lüften nach starkem Regen. Denn dann haben sich die Pollen gesetzt und fliegen nicht mehr durch die Luft.

Putzen und Waschen

In der Pollen-Saison gelangen die Pollen auch auf die Böden der Wohnung oder setzen sich in Teppichen und Sofas fest. Daher ist tägliches Wischen der Fußböden und Absaugen der Couchgarnituren sehr empfehlenswert. Die Wäsche sollte auch nicht draußen zum Trocknen aufgehängt werden, damit sich daran keine neuen Pollen festsetzen können. Gleiches gilt für die täglich getragene Kleidung, auch hier ebenso wie in den Haaren setzen sich Pollen fest. Daher ist abendliches Duschen und das Ausziehen der Kleidung vor den Schlafräumen vorteilhaft.

Birkenpollen

Pollenallergiker haben oftmals auch mit anderen Einschränkungen zu kämpfen. So reagieren viele Birkenpollen-Allergiker überempfindlich auf Nüsse, Mandeln und rohes Stein- (Nektarinen, Pflaumen oder Kirschen) oder Kernobst (Äpfel und Birnen). Denn darin ist ebenfalls das Molekül "Bet v 1" enthalten. Jenes Molekül, was auch die Blüte der Birke für viele Menschen so unangenehm macht. Gerade Birkenpollen sind ein leidiges Thema für viele Allergiker in diesem Frühjahr. Denn in vielen deutschen Städten wurden jüngst auch Höchstwerte bei der Anzahl von Birkenpollen gemessen. Forscher stellen fest, dass die zunehmende Luftverschmutzung die Pollen aggressiver macht. Sie bilden immer mehr Bet v 1.

Verschiedene Kalender im Internet, beispielsweise der vom Deutschen Wetterdienst, zeigen für jede Region auf, welche Pollen an den einzelnen Tagen unterwegs sind. So können Allergiker ihre Freizeitgestaltung darauf abstimmen oder bereits im Vorfeld Medikamente einnehmen und nicht erst, wenn schon Beschwerden aufgetreten sind.

Pressekontakt

<http://hausarzt-mildenerberger.de>

Herr Dr. Walter Mildenerberger
Poststraße 41
14612 Falkensee

hausarzt-mildenerberger.de
info@hausarzt-mildenerberger.de

Firmenkontakt

<http://hausarzt-mildenerberger.de>

Herr Dr. Walter Mildenerberger
Poststraße 41
14612 Falkensee

hausarzt-mildenerberger.de
info@hausarzt-mildenerberger.de

Ihre Gesundheit liegt mir am Herzen

Bei allen medizinischen Problemen, Fragen und Auffälligkeiten möchten wir Ihre erste Anlaufstelle sein. In den meisten Fällen - insbesondere im Bereich innere Medizin, meinem Schwerpunkt - erhalten Sie direkt bei uns eine Behandlung auf dem neuesten Stand der medizinischen Wissenschaft. Wo die Behandlung durch einen Spezialisten nötig ist, überweise ich Sie natürlich an einen geeigneten Facharzt oder weise Sie in ein Krankenhaus ein. Sollte Ihnen ein Besuch bei uns krankheitsbedingt nicht möglich sein, komme ich auch gern zu Ihnen nach Hause.

Die Grundlage des Hausarzt-Patienten-Verhältnisses ist gegenseitiges Vertrauen - ich möchte Sie gern als ganzen Menschen kennenlernen, medizinisch möglicherweise relevante Hintergründe erfahren und mehr als nur einzelne, hervorstechende Symptome behandeln. Denn eine solche ganzheitliche

Betrachtung ist erfahrungsgemäß bei der Behandlung sehr hilfreich. Daher kommt dem Beratungsgespräch in meiner täglichen Arbeit eine große Bedeutung zu; ich nehme mir Zeit für Sie und gehe den Weg zur Heilung gemeinsam mit Ihnen.