

Was Sie schon immer über Allergien wissen wollten ...

Man rechnet, dass jeder 5-10 Einwohner der westlichen Länder unter einer Allergie leidet.

Der Start der wissenschaftlichen Erforschung dieses Phänomens liegt erst knapp 100 Jahre zurück. Jedoch kannte man die Allergie schon im Altertum. Hippokrates schreibt über Zeitgenossen, die dem Käse "feindliche gesinnt waren". Später im 16. Jahrhundert, wird uns von einem römischen Kardinal berichtet, der zu keiner Audienz bereit war, wenn die Besucher mit einem Rosenstrauss erschienen. Seine Ärzte diagnostizierten bei ihm das "Rosenfieber". Besonders tragisch entwickelte sich ein Bankett des englischen Königs Richard III. Beim Essen der frischen Erdbeeren bekam der Herrscher einen furchtbaren Ausschlag am ganzen Körper und meinte er sei vergiftet worden. Kurzerhand liess er einen verdächtigen Tischgesellen hinrichten, dem er die Tat unterstellte. Stunden später klangen jedoch die Symptome ab, ohne dass ein Schaden zurückblieb. Heute weiss man etwas mehr über den Hergang einer Allergie und umschreibt ihn als 'unangemessen, gesteigerte Reaktion des Immunsystems auf normalerweise harmlose Substanzen'.

Bei den Auslösern einer Allergie handelt es sich um körperfremde Stoffe, die Allergene genannt werden. Diese Allergene dringen durch die Nahrung, durch Hautkontakt, durch die Atemwege oder durch einen Insektenstich in den Körper ein. Bei einem ersten Kontakt mit diesen Allergenen kommt es zu einer Empfindlichmachung (Sensibilisierung) des Immunsystems. Dabei werden zum Beispiel die eingeatmeten Pollen einer Haselstaude von weissen Blutzellen (Lymphozyten) erkannt. Diese spezialisierten Blutzellen produzieren nach Tagen oder Wochen spezifische Antikörper gegen Haselpollen. Nun setzen sich diese gebildeten Haselpollen-Antikörper auf sogenannte Mastzellen, die sich vor allem in der Haut und den Schleimhäuten befinden. Hier verbringen sie den Tag mit warten. Atmen wir nach diesen Vorgängen eine weitere "Prise" Haselpollen ein, bewegen sich diese Antigene auf die Mastzellen mit den aufgesetzten Antikörpern zu und werden von diesen festgehalten. Sobald Antigene in den "Klauen" der Antikörper "zappeln" platzt die Haut der Mastzelle und herausfließt eine "ätzende" Flüssigkeit (z. B. Histamin), die nun die Augentränen, den Krampf in den Atemwegen oder die Hautirritation auslöst. Ein Allergiker wird aber erst zum

Allergiker, wenn er besonders zahlreiche Spezial-Antikörper (E-Antikörper) produziert, die sich als einzige an den Wänden der Mastzellen andocken. Voraussetzungen um Allergiker zu werden sieht man durch erbliche Faktoren. Aber auch eine gehetzte Lebensweise in einer belasteten Umwelt verdächtigt man zunehmend an den Allergiegesehen beteiligt zu sein.

Bei einem Allergen handelt es sich um Stoffe mit einer grossen Molekülstruktur. Solche Stoffe bieten uns Nahrungsmittel, Kosmetikprodukte, Insekten, Pflanzen (auch Pilze), Haustiere, Staubpartikel, Chemikalien und Medikamente an. Irgendwann kann es nach dem Erstkontakt zu Symptomen kommen und das bei Stoffen mit denen man jahreinjahraus in Berührung gekommen ist.

Welche Massnahmen können gegen Allergien getroffen werden?

Naheliegender ist, dem Allergen so gut wie möglich aus dem Weg zu gehen. Diese Strategie wird schon bei Neugeborenen Kindern verfolgt, wenn sie neben der Brustnahrung noch andere Kost benötigen. Diese Zusatzkost wird mit Eiweissen ausgerüstet, die sich durch eine geringe Allergiebildung (hypoallergen) auszeichnen. Werden jedoch dem Säugling nur ein einziges mal z. B. Kuhmilch in Form von Joghurt, Schokolade oder Quark, in geringsten Mengen verabreicht, so kommt es zu dem Erstkontakt und somit zur Antikörperbildung. Ist nun das Kind wirklich allergisch, so geschieht beim Zweitkontakt unweigerlich eine allergische Reaktion. Vor allem die Stauballergiker können aber den Allergenen (Pollen, Staub, Milben, Mehl usw) nicht einfach aus dem Weg gehen. Bei den Symptomen dieser Allergiekranke werden chemische Mittel wie Antihistaminica oder Cortisonpräparate eingesetzt. Antihistaminica machen den E-Antikörpern den Platz auf der Wand der Mastzelle streitig und das Cortison unterdrückt die Reaktion des Immunsystems. Wenig bekannt aber sehr wirksam bei allen Allergien ist die mikrobiologische Therapie. Während einer Therapiezeit von fünf Monaten wird durch die Beeinflussung der Darmbakterien das Immunsystem "umerzogen". Nun werden keine E-Antikörper mehr aktiv und somit bleiben auch die Reaktionen aus. Anhand der Literatur und eigenen Versuchen bin ich auf wirksame Pflanzen gestossen, die eine deutliche antiallergische Wirkung aufweisen. Vor allem das Helmkraut sei hier erwähnt, das als Hauptwirkstoff im *Scutallerg* Spray enthalten ist.

Äusserliche Anwendungen bei triefender Nase können mit dem *Rhinosol* Nasenspray gemacht werden. Mit diesem milden Präparat spült man unter anderem Staub oder Pollen aus dem Nasenraum. Bei tränenden Augen kann der *Scutallerg* Spray auch äusserlich mit Vorsicht auf den Augendeckel aufgetragen werden. Weitere Massnahmen sind genug trinken, Haut und Schleimhäute Schützen (z.B. Sonnenbrille) und sich während den Extremzeiten in geschützten Räumen aufzuhalten.

Autor: Hanspeter Horsch

Adresse:

Drogerie Horsch

Am Kirchplatz

9410 Heiden

Tel: 071 891 18 10

Fax: 071 891 42 70

Beratungstel: 071 891 42 75 (Mo. 08.00-12.00 Uhr, Fr. 1.90/Min)

E-Mail: info@gesundewissen.ch

Website: www.gesundeswissen.ch