

Allergien – ein Phänomen in allen Altersstufen

Vortrag für Heimbewohner, Angehörige und
Pflegepersonal

Was ist eine Allergie?

Körpereigenes Immunsystem reagiert nicht nur auf Krankheitserreger, sondern auch auf harmlose Stoffe wie Pollen, Tierhaare, Nahrungsmittel, Arzneimittel etc. mit einer massiven Abwehrreaktion. Überempfindlichkeitsreaktion des Körpers auf bestimmte Stoffe (Allergene).



Bildung großer Mengen an Abwehrstoffen (IgE-Antikörper).

Allergie oder Unverträglichkeit

Medizinisch betrachtet ist eine Unverträglichkeit (Intoleranz) etwas völlig anderes als eine Allergie.

Allergie: Immunreaktion des Körpers

Unverträglichkeit: Keine Bildung von Abwehrstoffen.

Unverträglichkeit kann z.B. durch einen Enzymmangel verursacht werden.

Achtung: Diagnosestellung immer durch den Arzt!

Nahrungsmittelallergie

Bestimmte Bestandteile eines Lebensmittels z.B. Eiweiße werden vom Körper fälschlicherweise als gefährlich eingestuft.



verstärkte Freisetzung von
Abwehrstoffen (IgE-Antikörper)

Beispiel: Milchallergie

Abwehrreaktion des Körpers auf das Milcheiweiß.

Betroffene vertragen gar keine Milch mehr und sollten darauf komplett verzichten.

Unterschied zur Nahrungsmittelunverträglichkeit

Beispiel: Milchunverträglichkeit

Mangel an Enzym Laktase, das den Milchzucker abbaut, führt oft zu Blähungen, Durchfall oder Bauchschmerzen



Kleinere Mengen Milch werden meistens noch vertragen.

Wer ist von Allergien betroffen?

Jeder Mensch kann im Laufe seines Lebens eine Allergie entwickeln d.h. Allergien können in jedem Alter erstmalig auftreten - nicht nur bei Kindern und Jugendlichen.

Massiver Anstieg der Neuerkrankungen unter den über 50-jährigen in den letzten 15 Jahren.

Ursache für den Anstieg der Pollenallergien:

vermutlich steigende Belastung der Luft mit Schadstoffen wie Ozon oder Stickoxiden

Typische allergische Reaktionen

- Juckreiz der Nase oder Augen
- Niesreiz
- Schnupfen
- Hautreaktionen (Rötung, Juckreiz, Quaddeln)
- Atemnot, Asthma
- Magen-Darm-Beschwerden (Übelkeit, Bauchschmerzen, Durchfall)

Allergietypen

Typ 1 – Sofortreaktion: (90% der allergischen Reaktionen)

Symptome bereits nach Sekunden oder Minuten

- **Symptome:** Erweiterung der Blutgefäße, anschwellendes Gewebe oder die Verengung der Bronchien, evtl. Herz-Kreislauf-Versagen (nach Insektenstichen)
- **Beispiele:** Heuschnupfen, Allergien auf Tierhaare, Insektenstiche oder Hausstaubmilben

Allergietypen

Typ 2 – Reaktion vom zytotoxischen Typ:

Zellen des Körpers z.B. Blutzellen (Blutarmut), Haut-, Nieren- oder Lungenzellen werden direkt zerstört.

Auslöser: häufig Medikamente, die als Zellgift agieren

Allergietypen

Typ 3 – Reaktion vom Immunkomplex-Typ:

Bildung von Immunkomplexen (Antigen-Antikörper-Verbindungen)

Nach Stunden oder Tagen kommt es zu Entzündungen von Nierengewebe, Blutgefäßen oder Gelenken bis hin zum Absterben des Gewebes.

Weitere Symptome: Fieber oder Gliederschmerzen

Auslöser: Bakterien oder Medikamente (z.B. Penicillin, Salicylate, Antibiotika)

Allergietypen

Typ 4 – Reaktion vom Spättyp:

Sensibilisierung erfolgt über die Haut.

Nach etwa zwei Tagen kommt es zu allergischen Reaktionen meist an der Haut (Kontaktekzem).

Symptome: juckende, gerötete, nässende Haut

Auslöser: Schmuck, Kosmetik, Kleidung, Konservierungsstoffe in Salben und Cremes

Allergische Krankheitsbilder

1. Heuschnupfen:

Symptome: juckende und gerötete Augen, laufende Nase, Niesen.

Verantwortliche Allergen sind oft Pollen von Roggen, Gräsern, Birke, Erle und Haselnuss.

Gefahr: Etagenwechsel (Ausdehnung auf die unteren Atemwege)

Allergische Krankheitsbilder

Tipps für Pollenallergiker:

- Haare am Abend waschen
- Fenster nachts geschlossen halten
- Straßenkleidung nicht ins Schlafzimmer nehmen
- möglichst bei feuchtem Wetter lüften
- während der Pollenflugzeit den Aufenthalt im Freien einschränken
- Pollenfilter bei Staubsaugen und im Auto

Allergische Krankheitsbilder

2. Nahrungsmittelallergie:

Symptome: juckender Hals, Magen, Darm-Beschwerden, Atemnot, Hautausschläge

Häufige Allergen:

Fisch, Milch, Soja, Hühnerei, Nüsse, Obst

Tipps:

- Lebensmittel konsequent meiden
- Zutatenliste der Lebensmittel beachten
- geschältes Obst ist oft besser verträglich

Allergische Krankheitsbilder

3. Tierhaarallergie:

Allergische Reaktion (Schnupfen, Asthma, Bindehautentzündung) auf tierisches Eiweiß aus Hautschuppen, Schweiß oder Exkrementen von Katzen, Kaninchen, Meerschweinchen oder Hamster

Tipps:

- keine Tierhaltung
- nach Tierkontakt Hände waschen
- Staubsauger mit Filter benutzen
- keine Gegenstände und Kleidung aus Tierhaaren

Allergische Krankheitsbilder

4. Insektenstichallergie:

Symptome: Sekunden bis wenige Minuten nach dem Stich treten Atemnot, Quaddelbildung, Übelkeit, Schwindel, Herzrasen oder Krämpfe auf.

Gefahr: lebensbedrohliches Kreislaufversagen (anaphylaktischer Schock).

Achtung: Es besteht akute Lebensgefahr!

Allergische Krankheitsbilder

Wichtig: Notfallset immer bei sich haben!

(auch bei anderen Allergieformen wie Heuschnupfen, Nahrungsmittel oder Tierhaarallergien, die sich bereits durch heftige Reaktionen bemerkbar gemacht haben)

- Adrenalin als Autoinjektor oder Spray
(wirkt sofort kreislaufstabilisierend und bronchienerweiternd)
- Antihistaminikum
- Kortisonpräparat
- evtl. Asthmaspray

Allergische Krankheitsbilder

Tipps zur Vorbeugung von Insektenstichen:

- nicht barfuß gehen
- nicht nach Bienen oder Wespen schlagen
- Nähe von Fallobst meiden
- im Freien lange Kleidung tragen

Allergische Krankheitsbilder

5. Hausstaubmilbenallergie:

Heuschnupfensymptomen treten ganzjährig auf
Allergische Reaktion auf den Kot der Milben

Vorkommen: Bettwäsche, Teppiche, Gardinen, Matratzen

Tipps:

- Matratzen austauschen
- milbendichte Überzüge
- Betten, Kissen und Bezüge bei 60°C waschbar
- wischbare Bodenbeläge

Was ist eine Kreuzallergie?

Allergiker, die auf bestimmte Stoffe reagieren, vertragen meist auch andere Stoffe mit einer ähnlichen Struktur nicht.

Beispiel: Allergiker, die auf Birken- und Erlenpollen reagieren, vertragen oft auch keine Nüsse, kein Kern- und Steinobst (Äpfel, Birnen, Pfirsiche, Aprikosen, Pflaumen oder Kirschen).

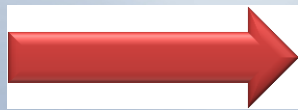
Medikamentöse Therapie

- **Hyposensibilisierung:** langsame Gewöhnung des Körpers an das Allergen
Allergene werden in sehr verdünnter Konzentration über mindestens drei Jahre unter die Haut gespritzt oder geschluckt (nicht bei allen Allergenen möglich).
- **Antihistaminika:** Arzneistoffe, die die allergische Reaktion des Histamins verhindern.
Eingesetzte Arzneistoffe sind z.B. Cetirizin und Loratadin (Tabletten)

Medikamentöse Therapie

- **Cromoglicinsäure:** verhindert die Histaminausschüttung

Aber: volle Wirkung erst nach etwa zwei Wochen



Behandlungsbeginn am besten vier Wochen vor der Pollensaison

Verfügbare Arzneimittel: Nasenspray, Augentropfen,
Inhalationslösung

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Für weitere Fragen stehen wir Ihnen
gerne zur Verfügung.