

Allergie? Lieber kurz beraten lassen, als den Frühling zu verpassen!

Beratung &
Behandlung bei
Allergien.



Ihre Apotheke.
Der direkte Weg zur Besserung.





Was ist eine Allergie?

Bei einer Allergie reagiert der Körper gegen eigentlich harmlose Stoffe (z. B. Pollen) mit einer überschüssigen Abwehrreaktion. Diese Reaktion äussert sich in Allergiesymptomen, wobei die Ausschüttung von Histamin und Entzündungsbotenstoffen eine wesentliche Rolle spielt.

In der Schweiz leidet etwa jede 5. Person unter einer Pollenallergie (umgangssprachlich auch Heuschnupfen genannt).

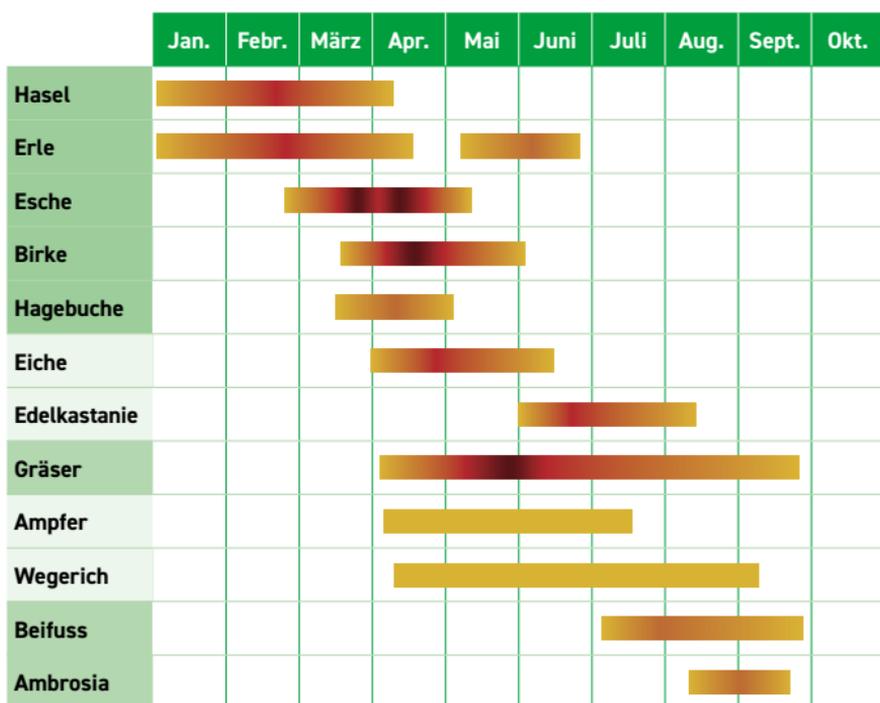
Symptome einer Pollenallergie

Klassische Symptome einer Pollenallergie:

- Niesattacken
- Verstopfte Nase, erschwerte Nasenatmung
- Nasenlaufen
- Tränende, gerötete Augen
- Juckreiz in Augen, Nasen, Gaumen, Ohren
- Allergisches Asthma

Wie der Name verrät, sind bei Pollenallergien die Pollen Hauptauslöser für die Symptome. Bei Pollenallergikern sind aber längst nicht alle Pollen für die Beschwerden zuständig, sondern meist nur bestimmte Pollen verschiedener Bäume, Gräser oder Kräuter. Je nach Blütezeit dauert die Pollensaison von Januar bis September und führt bei Allergikern somit saisonal zu Beschwerden.

Pollenflugkalender Schweiz



Pollenflug: ● schwach ● mässig ● stark ● sehr stark. **Allergenität:** ● mittel ● stark

Quelle: aha! Allergiezentrum Schweiz, aha.ch

Neuere Antihistaminika sind bei der Pollenallergie-Behandlung den älteren Generationen vorzuziehen

Um die Wirkung des Histamins einzudämmen und somit die Allergiesymptome zu lindern, können Antihistaminika zur medikamentösen, symptomatischen Therapie eingesetzt werden, also Substanzen, die gegen die Wirkung des Histamins ankämpfen. Internationale Leitlinien empfehlen den Einsatz von modernen Antihistaminika der 2. Generation wie z. B. Bilastin, (Levo-)Cetirizin, (Des-)Loratadin sowohl bei Kindern als auch bei Erwachsenen, da diese viel seltener Müdigkeit und andere kognitive Einschränkungen verursachen.

Symptome! Was nun?

Leiden Sie an saisonalen Allergiesymptomen und wünschen Sie eine Behandlung? Lassen Sie sich in Ihrer Apotheke beraten.

Ihre Apotheke in der Nähe finden Sie hier:
wegzurbesserung.ch/de/apothenfinder





Heuschnupfen – wie die Natur Abhilfe schafft

Die Pestwurz hat als Arzneipflanze viele unterschiedliche Anwendungsbereiche. Extrakte aus Pestwurzblättern werden gegen die Symptome des Heuschnupfens eingesetzt. Die Wurzelextrakte der Heilpflanze hingegen wirken krampflösend, unter anderem bei Beschwerden der Verdauungsorgane.

Eine pflanzliche Hilfe bei Heuschnupfen

Ihren Namen verdankt die Pestwurz (*Petasites hybridus* L. Gaertn.) ihrem Einsatz gegen die Pest im Mittelalter. Die stark riechenden ätherischen Öle sollten die Krankheit vertreiben. Heute weiss man, dass die Pestwurz zwar nichts gegen die Pest ausrichten kann, dafür aber andere nützliche Wirkungen hat. Extrakte aus den Blättern der Pflanze haben entzündungshemmende und antiallergische Wirkungen. Dafür sind bestimmte Inhaltsstoffe, die Petasine, verantwortlich. Zu den Petasinen gehören die Substanzen Petasin, Isopetasin und Neopetasin. Die Petasine hemmen unter anderem die Produktion bestimmter Entzündungsbotenstoffe, was bei Heuschnupfen zur Reduktion der Symptome führt.

Somit stellen Extrakte aus Pestwurzblättern eine pflanzliche Behandlungsmöglichkeit zur Linderung der typischen Heuschnupfensymptome wie einer laufenden oder verstopften Nase, juckenden Augen und der Reizung des Rachenraums dar.

**Weitere Informationen zum Thema Heuschnupfen
finden Sie hier:**

zellerag.ch/de/gesundheit-wissen/heuschnupfen



Heuschnupfen sollte immer behandelt werden

Warum leiden rund 1,2 Millionen Menschen im Land aufgrund der harmlosen Pollen? Das Immunsystem von Betroffenen reagiert irrtümlicherweise auf Eiweisse in den Pollenkörnern: Im Körper werden Histamin und weitere Stoffe ausgeschüttet, was die typischen Symptome verursacht. Werden diese nicht behandelt, kann sich schliesslich ein allergisches Asthma entwickeln. Darum sollte eine Pollenallergie immer abgeklärt werden.

Wie wird Heuschnupfen behandelt?

Behandelt wird eine Pollenallergie meistens mit Antihistaminika in Form von Tropfen, Tabletten oder Sprays, pflanzlichen Antiallergika und auch Kortisonpräparaten. Langfristig kann eine allergenspezifische Immuntherapie (Desensibilisierung) helfen, bei der der Körper langsam an das Allergen gewöhnt wird. Dadurch werden die Symptome um rund 75% bis 80% reduziert.

Heuschnupfen kann auch homöopathisch behandelt werden. Das Schweizer Unternehmen Similasan stellt homöopathische Arzneimittel in Form von Augentropfen, Globuli, Tabletten und Nasensprays her, die zur Linderung von Heuschnupfen-Symptomen eingesetzt werden.

Grundsätzlich gilt: Heuschnupfengeplagte sollten den Kontakt mit Pollen möglichst meiden.

Diese Tipps helfen durch den Alltag

- Im Freien Sonnenbrille tragen
- Zuhause nur kurz stosslüften
- Vor dem Schlafengehen die Haare waschen
- Kleider nicht im Schlafzimmer ausziehen

Beobachten Sie den aktuellen Pollenflug hier:
pollenundallergie.ch



Andere häufige Allergien

Hausstaubmilbenallergie

Aufgenommen werden die Allergene der Hausstaubmilben über die Atmung.

Zu den typischen Symptomen gehören:

- Verstopfte oder laufende Nase
- Niesreiz
- Gerötete, juckende Augen
- Allergisches Asthma

Die Symptome treten typischerweise am Morgen und vermehrt in den kälteren Monaten auf.

Tierallergien

Bei einer Tierallergie sind Reaktionen auf Katzen, Hunde, Pferde und Nagetiere am häufigsten.

Zu den typischen Symptomen gehören:

- Schnupfen
- Bindehautentzündungen der Augen
- Allergisches Asthma
- Allergische Hautreizungen und Schwellungen

Nahrungsmittelallergie (Kreuzreaktion)

Wer auf Pollen allergisch ist, verträgt aufgrund einer Kreuzreaktion oft gewisse Nahrungsmittel nicht. Der Grund: Die Eiweisse der Pollen weisen ähnliche Strukturen auf wie jene von bestimmtem Obst, Gemüse oder Nüssen.

Typische Anzeichen direkt nach dem Genuss sind:

- Juckreiz an den Lippen und im Hals
- Pelziges Gefühl in Mund und Gaumen
- Schwellungen der Lippen, der Zunge sowie der Schleimhaut von Wangen und Rachen

Die Symptome lassen normalerweise schnell wieder nach. Von dieser Kreuzreaktion zu unterscheiden ist die primäre Nahrungsmittelallergie. Dabei können weitere, sogar lebensbedrohliche Symptome auftreten.

Um Symptome zu reduzieren, vermeiden Sie den Kontakt zum allergieauslösenden Stoff.

Weitere Informationen zum Thema finden Sie hier: wegzurbesserung.ch/de/allergie



AllergieCheck in Ihrer Apotheke: Wir beraten Sie gerne.

Es gibt viele allergieauslösende Stoffe, die unterschiedliche Symptome auslösen können. Nur wer seine Allergene kennt, kann Symptomen gezielt entgegenwirken. Mit einem AllergieCheck in Ihrer Apotheke finden Sie schnell heraus, ob Sie auf die häufigsten Atemwegsallergene allergisch reagieren.

Auf welche Allergien können Sie sich in der Apotheke testen lassen?

- Pollenallergie (Beifuss, Birke, Esche, Glaskraut, Lieschgras)
- Hausstauballergie
- Hunde- und Katzenallergien
- Schimmelpilzallergie
- Allergie auf Küchenschaben

Wie wird der AllergieCheck durchgeführt?

Ein Tropfen Blut aus dem Finger genügt für einen Schnelltest. Das Ergebnis besprechen Sie danach mit der Pharmaassistentin, dem Pharmaassistenten oder Ihrer Apothekerin, Ihrem Apotheker. Sie erhalten Empfehlungen zur Behandlung der Allergie und hilfreiche Tipps, wie Sie Allergieprobleme vermindern können.

→ **Dauer: ca. 20 – 30 Minuten**

Tipp:

Machen Sie möglichst frühzeitig den AllergieCheck. So lassen sich chronische Beschwerden, wie z. B. Asthma, das durch einen dauerhaften allergischen Schnupfen ausgelöst wird, verhindern.



Umfangreiche Informationen zum Thema Allergien
finden Sie hier:
wegzurbesserung.ch



Jetzt
mitmachen
und
gewinnen.



Wettbewerb Reka-Gutscheine zu gewinnen!

Teilnahmeschluss: 31. März 2023



GFH

Bündnis Gesundheitsfachhandel
Union commerciale du secteur de la santé
Unione commerciale nel settore sanitario



Ihre Apotheke.
Der direkte Weg zur Besserung.

Similasan

 **A. MENARINI**
Pharma

zeller 

 **VIATRIS™**

Die Sponsoren haben weder Einfluss auf den Inhalt dieser Kampagne genommen,
noch sind sie für deren Inhalt verantwortlich.