

HNO



Allergien – Immunsystem in Aufruhr

**EINE PATIENTENINFORMATION
DER HNO-ÄRZTE IN DEUTSCHLAND**



URSACHE

Überaktives Immunsystem

Bei einer Allergie reagiert das Immunsystem überempfindlich auf eigentlich harmlose körperfremde Substanzen. Dazu gehören u. a. Pollen, Hausstaubmilben, Tierhaare, Schimmelpilze und Nahrungsmittel. Auch Insektengift und Medikamente sind häufige Allergieauslöser (Allergene).

Lange hat man geglaubt, Allergiker hätten ein schwaches Immunsystem. Doch das stimmt nicht. Vielmehr handelt es sich um ein überaktives Immunsystem mit einer fehlgesteuerten körpereigenen Abwehr.

Grundsätzlich unterscheidet man zwischen saisonalen und ganzjährigen Allergien. So machen sich Heuschnupfen oder Allergien gegen Baumpollen nur zu bestimmten Jahreszeiten bemerkbar. Allergien gegen Hausstaubmilben oder Tierhaare können hingegen das ganze Jahr über auftreten, da die Allergene ständig in der Atemluft sind. Bei Allergien gegen Medikamente und Insektengift sind die Beschwerden zwar auf einzelne Ereignisse beschränkt, dafür jedoch oft stärker ausgeprägt.

Allergiearten

saisonal

z. B. Heuschnupfen,
Baumpollen

ganzjährig

z. B. Tierhaare,
Hausstaub



Schnupfen, Husten
und Niesen

Atemprobleme

Magen-Darm-
Probleme

Schwellungen der
Schleimhäut

Juckreiz


Hautausschlag

trärende Augen

VERLAUF

Alles ist möglich


Die Leidensgeschichte vieler Allergiker beginnt bereits im Kindes- und Jugendalter und bleibt oft ein Leben lang bestehen. Manche Allergien gegen bestimmte Nahrungsmittel wie Milch oder Hühnerei bilden sich allerdings bei Erwachsenen wieder zurück, andere wie Erdnussallergien setzen sich auch im Erwachsenenalter fort. Hier ist also der Allergieauslöser entscheidend.



Die Intensität der Beschwerden kann mit der Zeit zunehmen und sogar zur Entwicklung von Folgeerkrankungen führen. Ein Beispiel ist der sogenannte Etagenwechsel beim Heuschnupfen. Dabei dehnen sich die Beschwerden auf die unteren Atemwege aus und es kommt zu Asthma. Allergien können auch eine Neurodermitis begünstigen.

Eine weitere Komplikation stellen Kreuzallergien dar. Hierbei reagiert das Immunsystem überempfindlich auf gleiche oder ähnliche Allergene aus verschiedenen Quellen. Ein Beispiel: Betroffene entwickeln zunächst eine Allergie gegen Birkenpollen. Später kommt als Kreuzreaktion eine Apfel- oder Haselnussallergie hinzu, weil diese Nahrungsmittel Eiweiße enthalten, die jenen in Birkenpollen ähneln. Ob und inwiefern in einem solchen Fall eine Ernährungsumstellung nötig ist, sollten Betroffene mit ihrem HNO-Facharzt oder ihrer HNO-Fachärztin besprechen. Denn die Vermeidung bestimmter Lebensmittel darf keinesfalls zu einer Mangelernährung führen.

Allergien können auch eine Neurodermitis begünstigen.



ACHTUNG

Allergischer Schock ist Notfall

Bei einer Allergie gegen Insektengift, bestimmte Nahrungsmittel oder Medikamentenwirkstoffe kann es zu einer anaphylaktischen Reaktion kommen. Sie ist ein Notfall und kann lebensbedrohlich werden, da sich die Beschwerden auch auf die Atemwege oder das Herz-Kreislauf-System ausweiten können. Eine anaphylaktische Reaktion kann unter anderem Juckreiz, Schwellungen, Übelkeit, Erbrechen, Bewusstseinsstörungen, Atemnot und Blutdruckabfall auslösen. Viele Insektengiftallergiker tragen ein Notfallset bei sich, um Blutdruck und Kreislauf bei einem Stich stabilisieren zu können. Ein solches Set enthält eine Adrenalin-spritze, ein Kortison sowie Antihistaminikum.

Notfallset

Je nach Bedarf setzt sich das Allergie-Notfallset aus drei bis vier Medikamenten zusammen:

- **Adrenalin-Fertigspritze**
- **Antihistaminikum**
- **Kortison**
- **Bei Asthmatikern: Asthmaspray**



Allergien sollten nicht mit Überempfindlichkeiten verwechselt werden. Es gibt Überempfindlichkeiten wie Unverträglichkeiten gegenüber bestimmten Nahrungsmitteln (Intoleranzen), deren Symptome denen einer Allergie ähneln. Um abzuklären, was dahintersteckt und um die weitere Behandlung planen zu können, ist eine ärztliche Untersuchung notwendig.






Das Standardverfahren zur Abklärung möglicher Allergieauslöser ist der sogenannte Pricktest.

URSACHENFORSCHUNG

Vielfältige Diagnosemöglichkeiten

Das Standardverfahren zur Abklärung möglicher Allergieauslöser ist der sogenannte Pricktest. Dabei tröpfelt der Arzt oder die Ärztin allergenhaltige Lösungen auf die Haut und sticht bzw. ritzt diese leicht an. Der Kontakt mit der Flüssigkeit löst im Falle einer Allergie an der entsprechenden Stelle eine Hautreaktion aus. Liegt keine Allergie vor, passiert nichts. Dieses Verfahren bietet einen recht zuverlässigen Hinweis auf eine Allergie – schnell und ambulant in der HNO-Facharztpraxis.



Der IgE-Antikörper-Test kann durch eine einfache Blutentnahme erfolgen.



Als weitere Methode kann der allergenspezifische IgE-Antikörper-Test durchgeführt werden. IgE steht für Immunglobulin E. Bei diesem Test spielt die Bestimmung von Antikörpern im Blut eine wichtige Rolle. Er wird bei allergischen Reaktionen vom Soforttyp eingesetzt, also beispielsweise bei Pollen-, Hausstaubmilben- oder Nahrungsmittelallergien. Bei diesem Typ tritt die Reaktion innerhalb kürzester Zeit auf.

Die Ergebnisse von allergenspezifischen IgE-Antikörper-Tests müssen allerdings immer mit Vorsicht interpretiert werden. Auch wenn der IgE-Test negativ ist, besteht ein geringes Risiko, dass doch eine Allergie vorliegt. Erhöhte IgE-Werte weisen in der Regel auf das Vorliegen einer Allergie hin. Aber auch bei einem positiven IgE-Test muss der Kontakt mit dem Allergen nicht zwangsläufig eine allergische Reaktion auslösen. Die Höhe des IgE-Wertes erlaubt auch nur eine eingeschränkte Aussage über die Schwere einer allergischen Reaktion.

EINDEUTIGES ERGEBNIS

Provokation mit Methode

Darüber hinaus gibt es die Provokationstests. Sie dienen oftmals zur Bestätigung oder zum Ausschluss einer Allergie-Diagnose, insbesondere wenn Anamnese, Haut- und Labortest nicht übereinstimmen oder nicht eindeutig ausfallen. Bei dieser Methode werden die fraglichen Beschwerden durch die Gabe von Allergenen gezielt hervorgerufen („proviziert“). Diese Tests sind vergleichsweise (zeit-)aufwändig und nicht immer ungefährlich, weshalb sie nur unter ärztlicher Aufsicht durchgeführt werden dürfen.

bronchial

an den Atemwegen, das Allergen wird inhaliert

konjunktival

an der Bindehaut des Auges

nasal

an der Nasenschleimhaut

oral

das Allergen wird geschluckt



Es gibt verschiedene Arten von Provokationstests: Beim nasalen Provokationstest wird das in Verdacht stehende Allergen direkt auf die untere Nasenmuschel gesprüht oder getropft. Liegt eine Allergie vor, treten die typischen Symptome wie Niesreiz, Naselaufen und Nasenatmungsbehinderung auf. Dieser Test eignet sich u. a. bei ganzjährigen Allergien wie Milben- und Schimmelpilzallergien. Zudem ist ein Provokationstest die einzige Möglichkeit, auch nichtallergische Überempfindlichkeitsreaktionen nachzuweisen.

Antihistaminika

schwächen Symptome ab und helfen bei allergischem Schnupfen, geschwollener Nasenschleimhaut und Bindehautentzündung. Müdigkeit als Nebenwirkung tritt heutzutage nur noch selten auf.

BEHANDLUNG

Vermeidungsstrategie

Die wirkungsvollste Therapie würde darin bestehen, den Kontakt mit den Allergenen komplett zu vermeiden. Dies funktioniert oft aber nur in der Theorie, denn bei zahlreichen Allergenen handelt es sich um Substanzen, mit denen wir täglich Kontakt haben. Das macht eine Vermeidung der allergieauslösenden Stoffe zuweilen schwierig bis unmöglich.

Symptome wie allergischer Schnupfen, geschwollene Nasenschleimhaut und Bindehautentzündung lassen sich mit Medikamenten aus der Familie der Antihistaminika (H1-Blocker) abschwächen. Als Wirkstoffe werden u. a. Cetirizin, Levocabastin und Loratadin eingesetzt, die es als Augentropfen, Nasenspray, Tropfen, Saft und Tabletten gibt. Antihistaminika wirken bereits kurz nach der Einnahme. Erfreulicherweise wird Müdigkeit als Nebenwirkung bei der neuen Wirkstoffgeneration nur noch selten beobachtet. Bei starken Beschwerden oder wenn die Antihistaminika nicht wirken, wird der HNO-Arzt bzw. die HNO-Ärztin kortisonhaltige Präparate verschreiben. Bei kurzzeitiger örtlicher Anwendung von Kortison sind kaum Nebenwirkungen zu erwarten.



3 Jahre

dauert eine Therapie zur
Hyposensibilisierung

HYPOSENSIBILISIERUNG

Immunsystem toleranter machen

Die spezifische Immuntherapie (SIT), auch Hypo-sensibilisierung genannt, dient der Ursachen-bekämpfung. Ziel dieser Methode ist es, das Immunsystem wieder toleranter gegenüber dem Allergen zu machen. Bei dieser Behandlungsform wird das Allergen in verdünnter und chemisch etwas veränderter Zusammensetzung in langsam ansteigender Dosis unter die Haut gespritzt. Eine Alternative ist die spezifische linguale Immun-therapie (SLIT), bei der das Allergen in Form von Tropfen oder Tabletten verabreicht wird, was z. B. bei Kindern günstiger sein kann. Bei Insektengift-allergien ist die Hyposensibilisierung die Methode der ersten Wahl. Die Behandlung beginnt in der Regel in der beschwerdefreien Zeit, bei Pollen-allergikern also meist im Herbst. Bei ganzjährigen Allergien kann die Hyposensibilisierung jederzeit begonnen werden. Das Verfahren erfolgt unter strenger ärztlicher Beobachtung, da es in den ersten 30 Minuten nach der Therapie zu Schock-reaktionen des Körpers kommen kann.





ERFOLGVERSPRECHENDE METHODE

Patienten brauchen Ausdauer

Die Therapie erfordert von den Patientinnen und Patienten Durchhaltevermögen, denn sie ist üblicherweise auf drei Jahre angelegt. Die Therapietreue und Mitarbeit der Betroffenen ist ganz entscheidend für den Erfolg. So hat sich gezeigt, dass sich durch eine effektive SIT beim allergischen Schnupfen das Risiko für einen drohenden „Etagenwechsel“ tatsächlich reduzieren lässt. Auch Neusensibilisierungen gegen bislang unbedenkliche Stoffe treten seltener auf.

HNO-Ärztinnen und -Ärzte stehen Allergikern beratend zur Seite und erläutern ihnen in der Sprechstunde gerne, welche Therapiemöglichkeiten geeignet und erfolgversprechend sind.

Die Experten der Sinne

Das Fachgebiet der Hals-Nasen-Ohrenheilkunde umfasst die Untersuchungs- und Behandlungsmethoden im Kopfbereich. Dazu gehören Erkrankungen des Ohres, aber auch des Hör- und Gleichgewichtsnerfs. Ferner zählen die Nase und die Nasennebenhöhlen sowie die Kieferhöhle dazu. Ein weiteres Teilgebiet ist der Hals mit seinen Organen wie den Stimmrippen, Lymphknoten, großen Halsgefäßen und Nerven, der Schilddrüse, der Halswirbelsäule und dem Kehlkopf. Die Haut an Kopf und Hals gehört ebenso zum Fachgebiet wie Mund, Zunge, Gaumen und Mandeln.

PRAXIS DER SINNE
IHRE HNO-FACHÄRZTE
SCHLECKEN
HÖREN
RIECHEN
GLEICHGEWICHT

Herausgeber: Deutscher Berufsverband der Hals-Nasen-Ohrenärzte e. V. Bundesgeschäftsstelle · Haart 221 · 24539 Neumünster, gesetzlich vertreten durch den Präsidenten, PD Dr. habil. Jan Löhler

Layout und Satz: Löwenholz/FGS Kommunikation

Bildnachweise (v.v.n.h.): istockphoto/Imgorthand · istockphoto/Constantinis · istockphoto/azndc · shutterstock/Andrey_Popov · istockphoto/gokhanilgaz · shutterstock/Fahroni · shutterstock/Andrey_Popov · rawpixel.com/roungroat · istockphoto/MajaMitrovic · istockphoto/Jovanmandic · unsplash/Volodymyr Hryshchenko · istockphoto/Mojo Studio · istockphoto/Henadzi Pechan