

BERATUNG AKTUELL 2/22

DIE SCHNELLE INFORMATION AUS IHRER APOTHEKE



MIT DEM FRÜHLINGSWETTER STARTET DER POLLENFLUG

Apotheken beraten bei Allergiesymptomen – auch bei der Unterscheidung zu einer Coronavirus-Infektion

Für die Menschen mit Heuschnupfen steigt bei anhaltendem Frühlingswetter auch die Pollenbelastung stark an. Für diejenigen, die dann lästige Allergiesymptome plagen, sind Apothekerinnen und Apotheker erste Anlaufstelle in der persönlichen Beratung von Medikamenten, die für eine schnelle und zuverlässige Linderung sorgen.

Heuschnupfen oder Corona?

Wer schon länger von Heuschnupfen betroffen ist, weiß, wie er sich äußert: Fließschnupfen, verstopfte Nase, Niesen, aber auch Augenjucken und manchmal Husten, Müdigkeit und Kurzatmigkeit gehören zu den Symptomen. Vor allem, wenn man zum ersten Mal auf Pollen reagiert und nicht mit den Beschwerden rechnet, kann man diese Symptome auch falsch interpretieren. Denn Niesen, Husten und eine laufende Nase gehören zu den klassischen Anzeichen einer Erkältung. In Zeiten von Corona fragen sich einige aber auch, ob vielleicht sogar eine Infektion mit dem Coronavirus dahintersteckt. Im Einzelfall erlauben Symptome alleine keine klare Diagnose. Wer sich unsicher ist, sollte einen Schnelltest machen oder sich möglichst telefonisch beim Hausarzt oder der Apotheke beraten lassen.

Pollenallergie zuverlässig behandeln

Die Apotheke bietet mehrere schnellwirksame Mittel, die helfen, die Symptome des Heuschnupfens zu lindern. Dazu gehören:

- **Nasensprays und Augentropfen mit sogenannten Antihistaminika:** Sie können in der Regel zweimal täglich angewendet werden und lindern Fließschnupfen und Augenjucken.
- **Nasensprays mit kortisonähnlichen Wirkstoffen:** Sie wirken stärker, brauchen aber einige Tage, bis sie ihre volle Wirkung entfalten.

- **Antihistaminika in Form von Tabletten:** Die Wirkstoffe Cetirizin oder Loratadin breiten sich im gesamten Körper aus und bekämpfen alle allergischen Symptome. Manche Menschen machen die Tabletten müde. Dann ist es sinnvoll, sie abends vor dem Schlafengehen einzunehmen.

Pollenallergie nicht unterschätzen

Eine Pollenallergie kann nach einigen Jahren zu Asthma führen. Wer in der Pollenflugzeit dauerhaft starke Beschwerden hat, sucht daher am besten einen Arzt auf. Er klärt ab, ob eine sogenannte spezifische Immuntherapie (SIT) infrage kommt. Damit lässt sich die Pollenallergie dauerhaft heilen. Bei der SIT bekommt der Patient etwa drei Jahre lang Allergieauslöser als Tabletten oder in Form von Spritzen unter die Haut. Ziel ist es, dass sich das Immunsystem langsam an die Pollen gewöhnt und am Ende nicht mehr allergisch reagiert.

Allergien und ihre Symptome sind höchst unterschiedlich und stets individuell – nutzen Sie daher die persönliche Beratung in Ihrer Apotheke.

Praktische Tipps zum Pollenschutz

Wenn die Pollen wieder fliegen, sollte man in der Stadt das Lüften am besten auf den frühen Morgen verlegen, auf dem Land ist dagegen zwischen 19 und 24 Uhr die beste Zeit dafür. Dann fliegen die wenigsten Pollen. In der Wohnung lassen sich Allergieauslöser durch tägliches Saugen mit entsprechenden Filtern reduzieren. Außerdem kann es hilfreich sein, vor dem Zubettgehen die Haare zu waschen. Weitere Informationen zum aktuellen Pollenflug hält auch die Stiftung Deutscher Polleninformationsdienst (www.pollenstiftung.de) bereit.