BERATUNG AKTUELL

DIE SCHNELLE INFORMATION AUS DER APOTHEKE

Stempel der Apotheke

MIT DEM BEGINNENDEN FRÜHLINGSWETTER STARTET DER POLLENFLUG

Apotheke berät bei Allergiesymptomen – auch bei der Unterscheidung zu einer Coronavirus-Infektion

Für die Menschen mit Heuschnupfen ist die winterbedingte Ruhe der letzten Monate nun vorbei. Denn in Nordrhein-Westfalen kündigen sich zum Wochenende frühlingshafte Temperaturen an. Und wenn die Temperaturen wieder klettern, steigt 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 Covid-19?

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 und eine laufende Nase gehören zu den klassischen Anzeichen einer Erkältung. In Zeiten von Covid-19 fragen sich einige aber auch, ob vielleicht sogar eine Infektion mit dem Coronavirus dahintersteckt.

Covid-19 geht häufig mit Fieber und starkem Husten einher, und anders als beim Heuschnupfen jucken die Augen nicht. Im Einzelfall erlauben die Symptome jedoch nicht immer eine klare Diagnose. Wer sich unsicher ist, sollte sich telefonisch an den Hausarzt wenden oder bei Verdacht auf Covid-19 die Nummer des ärztlichen Bereitschaftsdienstes wählen: 116 117.

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.

Schluss mit Heuschnupfen

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.

Schutz vor Pollen

Wenn die Pollen wieder fliegen, verlegen Städter das Lüften am besten auf den frühen Morgen, 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 hilft es mitunter, vor dem Zubettgehen die Haare zu waschen. Übrigens: Die Stiftung Deutscher Polleninformationsdienst (www.pollenstiftung.de) hält ebenfalls viele Informationen rund um den aktuellen Pollenflug bereit.

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

© Apothekerverband Nordrhein e.V. in Kooperation mit der Avoxa – Mediengruppe Deutscher Apotheker GmbH