

## Pollen und Allergien im Fokus

Am 20. März findet der zweite Nationale Allergietag statt. Aus diesem Anlass organisiert das Schweizerische Zentrum für Allergie, Haut und Asthma (aha!) gemeinsam mit Spezialistenteams der Schweizerischen Gesellschaft für Allergologie und Immunologie (SGAI) eine Kampagne in fünf Schweizer Städten. Interessierte erhalten Informationen und Beratung zu Allergiethemata aus erster Hand. Im Fokus des diesjährigen Allergietages steht die Pollenallergie, namentlich im Bereich Prävention.

Mit über einer Million Betroffenen in der Schweiz ist die Pollenallergie die häufigste allergische Erkrankung. Bei vielen Menschen führt sie zu einer starken Einschränkung der Leistungsfähigkeit und Lebensqualität. 15–25% der Pollenallergikerinnen und -allergiker haben zusätzlich eine pollenassoziierte Nahrungsmittelallergie. Eine ungenügend behandelte Pollenallergie birgt die Gefahr eines «Etagenwechsels»: der Verlagerung von Symptomen in die unteren Atemwege, gefolgt von asthmatischen Beschwerden. Im Sinne einer guten Vorsorge sind deshalb Selbstbeobachtung, rechtzeitige ärztliche Abklärung und die Einleitung von präventiven und therapeutischen Massnahmen auch bei einem vermeintlich harmlosen Heuschnupfen entscheidende Faktoren.

### Tipps und Angebote für Pollenallergiker

Der Kontakt mit allergenen Pollen lässt sich nicht gänzlich verhindern, zumindest aber einschränken. Einige bewährte Massnahmen: Aufenthalte im Freien während starken Pollenflugzeiten gezielt reduzieren oder planen, Kleider ausserhalb des Schlafbereichs wechseln, abendliches Waschen oder Ausbürsten der Haare, Lüften nur zu gewissen Tageszeiten, Pollenschutzgitter anbringen usw. Daneben stehen Pollenallergikern und -allergikerinnen heute eine Reihe unterstützender Dienstleistungen zur Verfügung. Sie wurden am 16. März im Rahmen eines Informationsanlasses von MeteoSchweiz und aha! näher vorgestellt.

Unter [www.ahaswiss.ch](http://www.ahaswiss.ch) können umfassende Informationen sowie Publikationen zum Thema abgerufen werden. Die Webseite [www.pollenundallergie.ch](http://www.pollenundallergie.ch), eine von MeteoSchweiz und aha! gemeinsam betriebene Online-Plattform, bietet laufend aktualisierte Prognosen, Informationen zu regionalen Pollenbelastungen und -flugzeiten, dazu umfassende Angaben zu allergenen Pflanzen sowie medizinisches Wissen zur Pollenproblematik. Über die Webseite kann zusätzlich der Pollen-Newsletter von MeteoSchweiz abonniert werden. Seit Mitte März gibt es einen von aha! gemeinsam mit Fachärzten entwickelten, webbasierten Test: [www.schnupfentest.ch](http://www.schnupfentest.ch). Mit einem Fragenkatalog können Interessierte ihre Schnupfensymptome auch unter dem Aspekt einer möglichen Pollenallergie zuordnen und eine Basis im Hinblick auf die ärztliche Konsultation leisten. Ende April wird diese Website auch in französischer ([www.testderhumes.ch](http://www.testderhumes.ch)) und italienischer Version ([www.testrinite.ch](http://www.testrinite.ch)) aufgeschaltet.

### Option mit Langzeitwirkung

Im Gegensatz zur Symptombehandlung mit Medikamenten bietet die spezifische Immuntherapie eine ursächliche Behandlung der Pollenallergie. Die Therapie hat zum Ziel, den Körper langsam an jene Pollenproteine zu gewöhnen, welche die Allergie auslösen. In einer ersten Phase (Einleitungsphase) werden die Allergenextrakte in aufsteigender Konzentration unter die Haut gespritzt. In der zweiten Phase (Erhaltungsphase) wird die Allergenlösung noch einmal pro Monat verabreicht. Die Immuntherapie bedingt eine vorhergehende, fachärztliche Abklärung mit Haut- und/oder Bluttests und dauert in der Regel mindestens drei Jahre.

Patronat:

Als Alternative zur ganz- und mehrjährigen Therapie ist bei der Pollenallergie auch eine Kurzzeittherapie möglich: Die Allergenlösung wird 7- bis 8-mal in wöchentlichem Abstand kurz vor der entsprechenden Pollensaison gespritzt. Auch diese Kurzzeitschemen zeigen eine gute Wirksamkeit; allerdings ist hier die Allergenauswahl eingeschränkt.

In jüngster Zeit kommt vermehrt die Immuntherapie in Tropfen- oder Tablettenform zum Einsatz. Neuere Studien bescheinigen dieser Therapieform eine gute Wirksamkeit. Sie kommt dann zur Anwendung, wenn regelmässige Spritzen keine Option darstellen oder von Patienten abgelehnt werden. Bei Kindern sind entsprechende Studien mit dieser Form erfolgversprechend.

Aufgrund des hohen zeitlichen Aufwands entscheiden sich nur knapp 5 Prozent der Pollenallergiker und -allergikerinnen für eine Immuntherapie. Es gilt demgegenüber als erwiesen, dass die Immuntherapie das Pollenasthma-Risiko reduziert und dass Behandlungs- und Gesundheitskosten gesenkt werden können. Auch sollte die Immuntherapie möglichst früh begonnen werden, um ein Fortschreiten des Allergenspektrums zu verlangsamen. Diese und weitere Aspekte im Sinne der Prävention bei der Pollenallergie werden im Rahmen des Nationalen Allergietages thematisiert.

Medienkontakt:

*aha!* Schweizerisches Zentrum für Allergie, Haut und Asthma, Scheibenstrasse 20, 3014 Bern

Telefon 031 359 90 00, [info@ahaswiss.ch](mailto:info@ahaswiss.ch), [www.ahaswiss.ch](http://www.ahaswiss.ch)

Annelise Lundvik (Medienverantwortliche), [annelise.lundvik@ahaswiss.ch](mailto:annelise.lundvik@ahaswiss.ch), Telefon 031 359 90 40

Georg Schächli (Geschäftsleiter *aha!*), [georg.schaeppi@ahaswiss.ch](mailto:georg.schaeppi@ahaswiss.ch), Telefon 031 359 90 00

### **Der Nationale Allergietag**

Am 20. März sind das Schweizerische Zentrum für Allergie, Haut und Asthma (*aha!*) und Spezialistenteams der Schweizerischen Gesellschaft für Allergologie und Immunologie (SGAI) mit Informationsevents an folgenden fünf Standorten (von 10.00–16.00 Uhr) präsent:

<b>Zürich</b>	MM Limmatplatz Limmatstrasse 152, Zürich
<b>Basel</b>	MMM Paradies Spitzwaldstrasse 215, Allschwil
<b>St. Gallen</b>	MM Säntispark Wiesenbachstrasse 7, Abtwil
<b>Sant'Antonino (TI)</b>	MMM Centro Sant'Antonino Via Gorelle, Sant'Antonino (Bellinzona)
<b>Yverdon-les-Bains</b>	MMM Métropole, Rue de Neuchâtel 3, 1400 Yverdon-les-Bains

Mehr Infos unter: [www.nationaler-allergietag.ch](http://www.nationaler-allergietag.ch)