

# Heuschnupfen – Allergie?

...Zeit für Dermapharm!

Patientenratgeber

**Dermapharm AG**  
Kompetenz hautnah





Liebe Leserin, lieber Leser!

Viele Menschen leiden an Allergien. Fast jeder Dritte in Deutschland ist im Laufe seines Lebens betroffen. Am weitesten verbreitet ist dabei die Pollenallergie, die sich vor allem als Heuschnupfen äußert. Aber auch andere Allergien schränken die Lebensqualität ein wie z.B. Kontaktallergien, Allergien gegen Hausstaubmilben, Nahrungsmittel oder Insektengifte.

Symptome wie häufiges Niesen, eine juckende, laufende Nase und tränende, juckende Augen sind Allergikern bestens bekannt.

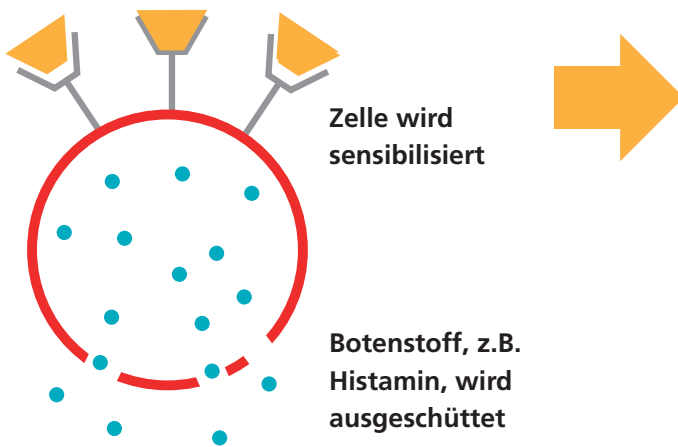
Durch eine rechtzeitige Behandlung können die Symptome der Allergie häufig gelindert und somit die Lebensqualität der Betroffenen wieder spürbar verbessert werden.

In dieser Broschüre finden Sie Informationen zu Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten eines Heuschnupfens sowie einer Allergie.

Ihre **Dermapharm AG**

**[www.heuschnupfen.dermapharm.de](http://www.heuschnupfen.dermapharm.de)**

Was ist eine Allergie? .....	4-5
Allergene – Allergieauslöser .....	6-7
Kreuzallergie .....	8-9
Diagnose Heuschnupfen .....	10-11
Medikamente gegen Allergiesymptome .....	12-13
Azedil® .....	14-15
Momekort® .....	16-17
Tipps bei Heuschnupfen.....	18-19
Tipps für Hausstauballergiker.....	20-21
Heuschnupfen frühzeitig behandeln & Hyposensibilisierung.....	22-23



## Was ist eine Allergie?

Wenn unser Immunsystem überempfindlich reagiert, kann eine Allergie die Folge sein.

### Wie genau geht das vor sich?

Das Immunsystem unseres Körpers reagiert abwehrend auf Fremdstoffe, die eigentlich keine Gefahr für die Gesundheit darstellen wie z.B. Pollen, Hausstaub oder Tierhaare.

Im Prinzip können alle Substanzen in unserer Umwelt eine Allergie auslösen. Ein solcher Stoff wird dann Allergen genannt.

### Wie läuft die allergische Reaktion im Körper ab?

Nach dem ersten Kontakt des Körpers mit solch einem Allergen, bilden spezifische Blutzellen sogenannte Antikörper. In der Medizin wird diese Reaktion des Immunsystems als „Sensibilisierung“ bezeichnet.

Bei einem weiteren Kontakt mit dem Allergen, kommt es bei einer Allergie zu einer Überreaktion des Immunsystems. Antikörper werden gebildet, die zur Ausschüttung eines Stoffes (Histamin) führen, der die allergische Reaktionen verursacht und zu den Symptomen der Allergie führt.

### Symptome einer Allergie:

Juckreiz, eine laufende Nase, tränenden Augen, Magen-Darm-Beschwerden, Atemnot durch geschwollene Schleimhäute bis hin zu einem allergischen Schock, der sogar zu Atem- und Kreislaufstillstand führen kann.



## Allergene – Allergieauslöser

### **Pollen**

Eine starke allergene Bedeutung haben die Pollen von Gräsern, Birke, Esche, Erle, Hasel, Beifuß und Roggen. Wann die Ausprägung des Pollenfluges am stärksten ist, hängt vom Wetter und der Blütezeit der jeweiligen Pflanze ab. In einem Pollenflugkalender finden Sie Hinweise zu Blütezeiten der gängigsten Allergieauslöser. Durch Witterungsänderungen kann es hier Abweichungen geben. So können z.B. im November die letzten Gräser- und Brennnesselpollen und im Dezember bereits die ersten Haselnusspollen fliegen.

### **Hausstaubmilben**

Häufig wird einfach nur von Hausstauballergie gesprochen. Streng genommen ist diese Bezeichnung aber nicht ganz zutreffend, denn eigentlich ist es nicht der Hausstaub an sich, der die Allergie auslöst. Vielmehr reagieren die Betroffenen auf ein Allergen, das sich vor allem im Kot der Hausstaubmilben befindet.

### **Tiere**

In Deutschland stellt die Tierhaarallergie die dritthäufigste Allergieart, nach der Pollen- und Hausstauballergie, dar.

Eine Tierhaarallergie wird meist durch Haustiere ausgelöst. Tierhaarallergiker reagieren bei bestimmten Tieren überempfindlich auf Eiweißstoffe des Fells bzw. der Haare, der Hautschuppen und der Körperflüssigkeiten (Speichel, Urin, Sekret der Hautdrüsen).

Schimmelpilze, Nahrungsmittel und Arzneimittel können ebenfalls Allergieauslöser sein.






# Kreuzallergie


Häufig reagieren Pollenallergiker auch auf bestimmte Lebensmittel. Dies wird als Kreuzallergie bezeichnet. Nach dem Verzehr eines Apfels kann z.B. ein Kribbeln und Juckreiz bis hin zu Schwellungen der Mund- und Rachenschleimhäute auftreten.

Pollenallergiker, die auf Frühblüher reagieren, vertragen meist keine Nüsse, Äpfel, Birnen, Pflirsiche, Pflaumen, Kirschen und Mandeln.

## Kreuzallergie mit Pollen

	Ahorn	Ambrosia	Beifuß	Birke	Buche	Eiche	Erle	Esche	Gräser	Hasel	Kräuter	Pappel	Roggen
Ahorn													
Ambrosia													
Beifuß													
Birke													
Buche													
Eiche													
Erle													
Esche													
Gräser													
Hasel													
Kräuter													
Pappel													
Roggen													

## Kreuzallergie mit Lebensmitteln

	Erdnüsse	Frischobst z.B. Äpfel	Gemüse	Getreideerz.	Haselnüsse	Hülsenfrüchte	Karotten	Kartoffeln	Kräuter/Gewürze	Sellerie	Sojaprodukte	Stein-Kernobst	Tomaten
Ahorn													
Ambrosia													
Beifuß													
Birke													
Buche													
Eiche													
Erle													
Esche													
Gräser													
Hasel													
Kräuter													
Pappel													
Roggen													



## Diagnose Allergie

Am Anfang steht immer die genaue Untersuchung und Befragung der Patienten über Zeitpunkt und Umstände des Auftretens der Allergie sowie der Beschwerden. Dadurch gelingt die Bestimmung sowie die Eingrenzung der möglichen Allergene.

Anschließend lassen sich verschiedene Hauttests durchführen, bei denen das potenzielle Allergen auf, in oder unter die Haut gebracht wird. Nach kurzer Zeit lässt sich ablesen, welcher Stoff eine allergische Reaktion (Rötung, Bläschen) hervorruft.

In besonderen Fällen ist es auch möglich, bestimmte Allergene mit Hilfe von Bluttests zu bestimmen.

Auch Provokationstests dienen zur Sicherung der Diagnose. Dabei werden die Symptome provoziert, indem z.B. die verdächtigen Pollen auf die Nasenschleimhaut aufgebracht werden.

# Medikamente gegen Allergie-Symptome



Heutzutage gibt es viele geeignete Maßnahmen, um die Beschwerden einer Allergie, wie Niesattacken, Augenbrennen und Augentränen zu lindern.

## Medikamente zur lokalen Behandlung

Zur lokalen Behandlung allergischer Beschwerden (Heuschnupfen, Tierhaar- und Hausstauballergie) im Bereich von Nase und Augen, zählen Antihistaminika sowie Kortisonnasensprays zu den wirksamsten Medikamenten gegen Heuschnupfen.

Antihistaminika in Form von Nasensprays wirken stärker auf die Symptomatik der verstopften Nase, als Antihistaminika in Tablettenform.

Kortisonnasensprays mildern die Symptome an der Nase insgesamt stärker als Antihistaminika und halten die mit der Krankheit einhergehende Entzündung unter Kontrolle. Zudem kann damit auch eine Ausbreitung der Entzündung in die Nasennebenhöhlen verhindert werden.

In der Regel wird Ihr Arzt bei akuten oder leichteren Beschwerden zunächst ein Antihistaminikum, wie z.B. **Azedil**, zur anfänglichen und bedarfsweisen Therapie empfehlen, da dies innerhalb weniger Minuten seine volle Wirkung zeigt.

Bei stärkeren Beschwerden oder unzureichendem Ansprechen auf Antihistaminika kommen in der Regel Kortisonnasensprays, wie z.B. **Momekort**, zur Anwendung.

Die Wirkung von Kortisonnasensprays beginnt nach ca. 24 Stunden und benötigt drei bis fünf Tage um ihre volle Wirksamkeit zu entfalten. Kortisonnasensprays müssen regelmäßig angewendet werden und sind aufgrund ihres Wirkmechanismus weniger geeignet für die akute, bedarfsweise Anwendung.

Kortisonnasensprays sind Antihistaminika jedoch unterlegen, was die Linderung der Augensymptome betrifft. Daher kann es sinnvoll sein, beide Medikamente gleichzeitig anzuwenden.

# Azedil®

Wirkstoff: Azelastinhydrochlorid



- ✓ Zur Behandlung akuter Heuschnupfen-Beschwerden an Augen und Nase
- ✓ Für Erwachsene und Kinder<sup>2</sup>
- ✓ Schnelle Wirkung
- ✓ Lang anhaltende Wirkung (bis zu 24 Stunden bei 2 x tägl. Anwendung)
- ✓ Gute Verträglichkeit

## Heuschnupfen? – wie weggeblasen!

### Azedil® Nasenspray

- Zur Behandlung saisonaler Heuschnupfen-Beschwerden der Nase – auch zur Langzeitanwendung geeignet
- Wirkt zusätzlich einer verstopften Nase entgegen (ohne Rebound- oder Gewöhnungseffekt!)
- Für Erwachsene und Kinder ab 6 Jahre
- Ohne Konservierungsstoffe
- 6 Monate nach Anbruch haltbar

### Azedil® Augentropfen

- Zur Behandlung und Vorbeugung von saisonalen Heuschnupfen-Beschwerden der Augen für Erwachsene und Kinder ab 4 Jahre
- Zur Behandlung von ganzjährigen Heuschnupfen-Beschwerden der Augen (z.B. bei Hausstaub-, Tierhaar- oder Schimmelpilzallergien) für Erwachsene und Kinder ab 12 Jahre

### Azedil® Kombi-Packung

- Zur Behandlung saisonaler Heuschnupfen-Beschwerden an Nase und Augen
- Für Erwachsene und Kinder ab 6 Jahre
- Besonders praktisch und vorteilhaft

### Hinweise für Kontaktlinsenträger:

Grundsätzlich sollten bei akuten Augenreizungen und während der Behandlung mit **Azedil®** Augentropfen keine Kontaktlinsen getragen werden

**Azedil** 1 mg/ml Nasenspray, Lösung, Wirkstoff: Azelastinhydrochlorid. Anwendungsgebiete: Zur symptomatischen Behandlung der saisonalen allergischen Rhinitis (Heuschnupfen) bei Erwachsenen, Jugendlichen und Kindern ab 6 Jahren. Stand: 04/2018. **Azedil** 0,5 mg/ml Augentropfen, Lösung, Wirkstoff: Azelastinhydrochlorid. Anwendungsgebiete: Behandlung und Vorbeugung der Symptome der saisonalen allergischen Konjunktivitis bei Erwachsenen, Jugendlichen und Kindern ab 4 Jahren. Behandlung der Symptome der nicht saisonalen (perennialen) allergischen Konjunktivitis bei Erwachsenen und Jugendlichen ab 12 Jahren. Warnhinweis: Enthält Benzalkoniumchlorid. Kann von weichen Kontaktlinsen aufgenommen werden und zur Verfärbung der Kontaktlinsen führen. Kann auch Reizungen am Auge hervorrufen, insbesondere bei Patienten mit trockenen Augen oder Erkrankungen der Hornhaut. Stand: 04/2018. **Azedil** Kombi-Packung mit 0,5 mg/ml Augentropfen, Lösung und 1 mg/ml Nasenspray, Lösung, Wirkstoff: Azelastinhydrochlorid. Anwendungsgebiete: Zur symptomatischen Behandlung von saisonaler allergischer Rhinokonjunktivitis (z. B. Heuschnupfen in Kombination mit allergischer Bindehautentzündung) bei Erwachsenen, Jugendlichen und Kindern ab 6 Jahren. Warnhinweis: Augentropfen, Lösung Enthält Benzalkoniumchlorid. Kann von weichen Kontaktlinsen aufgenommen werden und zur Verfärbung der Kontaktlinsen führen. Kann auch Reizungen am Auge hervorrufen, insbesondere bei Patienten mit trockenen Augen oder Erkrankungen der Hornhaut. Stand: 04/2018

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

<sup>1</sup> H<sup>1</sup>-Blocker + mastzellstabilisierend + antientzündlich, gem. Fachinformation

<sup>2</sup> Azedil® Augentropfen: Kinder ab 4 Jahre, ganzjährige allergische Konjunktivitis: Kinder ab 12 Jahre; Azedil® Nasenspray: Kinder ab 6 Jahre; gem. Fachinformation



# Momekort®

Wirkstoff: Mometasonfuroat



- ✓ Macht nicht müde
- ✓ Starke Wirksamkeit
- ✓ Anwendung nur 1 x täglich

## Momekort® sprüht Heuschnupfen fort

### Momekort® – Wirkung

**Momekort®** wirkt nicht nur gegen die Symptome einer Allergie, sondern hemmt eine Vielzahl von entscheidenden Entzündungsauslösern, die für die allergische Reaktion bei Heuschnupfen verantwortlich sind.

**Momekort®** wirkt fast ausschließlich lokal und macht nicht müde.

### Momekort® – Anwendung

**Momekort®** muss nur einmal täglich angewendet werden und wirkt für 24 Stunden. Es gibt keinen Gewöhnungseffekt, daher kann es über die ganze Allergie-Saison angewendet werden.

**Momekort®** Nasenspray ist zur Anwendung bei Erwachsenen bestimmt.

Die übliche empfohlene Dosis beträgt 1-mal täglich 2 Sprühstöße in jede Nasenöffnung. Sobald die Symptome unter Kontrolle gebracht wurden, kann eine reduzierte Dosis von 1 Sprühstoß in jede Nasenöffnung als Erhaltungsdosis ausreichend sein.

Vor der ersten Anwendung den Behälter gut schütteln und die Dosierpumpe 10-mal betätigen, bis ein gleichmäßiger Sprühnebel abgegeben wird. Wird die Dosierpumpe über mindestens 14 Tage nicht verwendet, ist vor der nächsten Anwendung ein erneutes Vorfüllen der Pumpe durch 2-maliges Pumpen erforderlich, bis ein gleichmäßiger Sprühnebel abgegeben wird.

**Momekort** 50 Mikrogramm/Sprühstoß Nasenspray, Suspension. Zur Anwendung bei Erwachsenen. Wirkstoff: Mometasonfuroat. Anwendungsgebiete: Zur Anwendung bei Erwachsenen zur symptomatischen Behandlung einer saisonalen allergischen Rhinitis, sofern die Erstdiagnose der saisonalen allergischen Rhinitis durch einen Arzt erfolgt ist. Warnhinweis: Enthält Benzalkoniumchlorid. Apothekenpflichtig. Stand: 09/2018.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

# Tipps bei Heuschnupfen!



Beachten Sie die aktuelle Pollenflugvorhersage. Wiesen und Felder in der Blütezeit möglichst meiden. Nach einem Regenschauer ist die Luft in der Regel von Pollen gereinigt, deshalb sind Aktivitäten im Freien dann besonders geeignet.



Durch abendliches Haare waschen und Duschen die Pollen entfernen und die getragene Kleidung außerhalb des Schlafzimmers ablegen. Tägliche Nasen- und Augenduschen helfen, die Pollen von den Schleimhäuten zu spülen.



Die Pollenkonzentration kann in ländlichen Gebieten in den Morgen- bis Mittagstunden, in der Stadt jedoch am Abend höher sein. Daher sollte auf dem Land eher in den Abendstunden und in der Stadt lieber in den Morgenstunden gelüftet werden. Für Fenster gibt es Pollen-Schutzgitter.



Beim Autofahren Fenster geschlossen halten. Wechseln Sie die Pollenfilter für die Lüftungsanlage regelmäßig (jährlich) aus.



Böden und Ablageflächen regelmäßig feucht abwischen. Staubsauger mit Hepa-Filtersystem halten Feinstaub und allergene Partikel zurück.



In der Pollenflugzeit schwere körperliche Anstrengungen im Freien meiden.



Planen Sie Ihren Urlaub bevorzugt in pollenarmen Regionen, z.B. auf Inseln, am Meer oder in Hochgebirgslagen.



## Tipps für Hausstaub-Allergiker!

### **Staubfänger vermeiden und lüften**

Je weniger „Staubfänger“ in der Wohnung vorhanden sind, desto besser.

Glatte Bodenbeläge sind Teppichböden vorzuziehen und sollten regelmäßig feucht gewischt werden. Regelmäßiges Staubsaugen ist ebenfalls sehr wichtig, wobei der Staubsauger mit einem entsprechenden Filter ausgestattet sein sollte.

Auch Polster, Vorhänge und Stofftiere sollten durch Waschen bei der Reinigung mit einbezogen werden.

### **Sorgen Sie für ein milbenarmes Schlafzimmer**

Halten Sie Ihr Schlafzimmer möglichst kühl und lüften Sie regelmäßig. Eine Raumtemperatur von weniger als 20 °C ist ideal.

Wechseln Sie Ihre Bettwäsche einmal wöchentlich und waschen Sie diese bei mindestens 60 °C. Auch die Matratze sollte in regelmäßigen Zeitabständen gereinigt oder abgesaugt werden.

Darüber hinaus gibt es auch noch die Möglichkeit, sogenannte **Encasings** zu benutzen. Diese Bettwäsche für Allergiker umschließt vollständig Matratze und Bettzeug und verhindert so, dass Milben, bzw. deren Kot, in Ihre Atemluft gelangt.



## Heuschnupfen frühzeitig behandeln!

Heuschnupfen- und Hausstaub-Symptome sollten frühzeitig behandelt werden, da sonst die Gefahr besteht, dass sich die Allergie von der Nase auf die tiefer liegenden Atemwege in ein allergisches Asthma bronchiale ausweitet. Ärzte bezeichnen dies als einen „Etagenwechsel“.

Eine frühzeitige Behandlung kann dem Heuschnupfen und der Hausstaub-Allergie gezielt entgegen wirken und gleichzeitig die Lebensqualität spürbar verbessern. Symptome an Augen und Nase lassen sich lokal besonders gut und schnell mit antiallergischen Augentropfen (z.B. **Azedil** Augentropfen) und Nasensprays (z.B. **Azedil** Nasenspray) lindern.

Für länger anhaltende Symptome kann bei Erwachsenen, unter Einhaltung der zugelassenen Anwendungsbedingungen, ein Kortisonnasenspray wie z.B. **Momekort** angewendet werden. Dies sollte nach Rücksprache mit Ihrem Arzt erfolgen.

## Hyposensibilisierung

Ziel bei einer Hyposensibilisierung ist es, das Immunsystem allmählich immer toleranter gegenüber dem Allergen zu machen, es also gewissermaßen daran zu gewöhnen.

Dazu wird der Stoff in winzigen Mengen in bestimmten Abständen immer wieder verabreicht.

Es ist die einzige Methode, die direkt an den Ursachen einer Allergie ansetzt.

Die Hyposensibilisierung kann bei Pollen, Hausstaubmilben, Tierhaaren/Tierspeichel, Schimmelpilzen oder Insektengiften angewendet werden.

Genauere Informationen zur Behandlung und für wen sie geeignet ist, kann ein HNO-Arzt am besten beantworten.



# Dermapharm – Umweltschutz

Hauterkrankungen und Umweltveränderungen stehen heute mehr als je zuvor in engem Zusammenhang. Die Haut des Menschen schützt den Organismus vor äußeren Einflüssen, bildet die Grenze und gleichzeitig die Verbindung zu unserer Umwelt. Der Austausch zwischen Haut und Umwelt ist dabei stetig und beidseitig.

Deshalb sehen wir es bei **Dermapharm** als unsere Verpflichtung an, nicht nur die Haut, sondern auch die Umwelt mit größtmöglicher Sorgfalt und Verantwortung zu behandeln. Als Unternehmen leisten wir hierzu unseren Beitrag, indem wir alle Arzneimittel und Kosmetika auf technisch hochmodernen Anlagen umweltgerecht produzieren.

Für unsere Geschäftspapiere u.ä. verwenden wir zudem ausschließlich Papier, das einen möglichst hohen Anteil an Altpapier und Recyclingfasern aufweist.

Umweltschutz wird bei **Dermapharm** als Teil des Selbstverständnisses und zu Gunsten eines vernünftigen Umgangs mit der Natur und ihren Ressourcen verstanden. Diese Praxis werden wir zukünftig noch weiter ausbauen, der Haut und unserer Umwelt zuliebe.

**Dermapharm AG**  
Kompetenz hautnah



Lil-Dagover-Ring 7  
82031 Grünwald  
Telefon: 089/641 86-0  
Telefax: 089/641 86-130  
E-Mail: [service@dermapharm.de](mailto:service@dermapharm.de)  
Internet: [www.dermapharm.de](http://www.dermapharm.de)

 Hergestellt in  
Deutschland

