



Die aktuelle Info-Reihe aus der Schlosspark-Klinik

Heuschnupfen

(Rhinitis allergica oder Pollinosis)

Von Dr. med. Jürgen Freiherr von Rosen, Gersfeld

Der eine kann keine Frühblütler wie Haselnuss, Birke oder Weide riechen, den anderen kitzeln Wiesengräser in der Nase. Viele reagieren die gesamte Pollensaison über verschnupft. Heuschnupfen ist zwar meist ungefährlich, kann dafür aber um so lästiger sein. Experten schätzen, dass sich rund zehn Prozent der Allergiker, rund drei Millionen Deutsche, mit häufigem Niesen und geröteten Augen herumplagen. Früher gingen Mediziner ausschließlich von einer Veranlagung aus. Heute steht fest: Es kann jeden treffen. In seinem Text beschreibt der Autor schulmedizinische und naturheilkundliche Behandlungsmethoden.

Beim Heuschnupfen handelt es sich vermutlich um eine sehr lang bekannte Erkrankung. Schon in medizinischen Schriften der Griechen und Römer sind Krankheitsbilder beschrieben, die den akuten allergischen Erkrankungen wie Asthma, Nesselsucht (Urtikaria) und Heuschnupfen entsprechen könnten.

Der Name Heuschnupfen rührt daher, dass einige Menschen den Staub von Heu (vermutlich eher der darin enthaltenen Pollen) nicht vertrugen. Man sprach von "Heufieber", das in diesem Zusammenhang auftreten konnte. Heute ist der Begriff Heuschnupfen verbunden mit dem allergischen, durch Pollen ausgelösten Schnupfen.

In Expertenkreisen geht man davon aus, dass mindestens 40% aller Deutschen an einer oder mehreren Formen von Allergien leiden. Das wären bei ca. 80 Millionen Einwohnern etwa 32 Millionen Allergiker. Wenn nur zehn Prozent von ihnen Heuschnupfen haben, betrifft das bereits rund drei Millionen Menschen in Deutschland.

Um Heuschnupfen handelt es sich, wenn ein Schnupfen durch Pollen ausgelöst wird. Er tritt meist zur gleichen Jahreszeit auf.

Die Symptome des Heuschnupfens sind lästig. Patienten klagen über Fließschnupfen, verbunden mit einer verstopften Nase, sodass sie nur durch den Mund atmen können. Dazu kommen oft gerötete, juckende, brennende, manchmal sogar durch ein Odem (Wassereinlagerung) geschwollene Augen und zum Teil Atemnot wie bei Asthma. Stark beeinträchtigt sind zeitweise die Konzentration, Aufmerksamkeit und der Schlaf. Die Fenster dürfen selbst bei Hitze nicht geöffnet werden.

Am wohlsten fühlt sich der Patient bei Dauerregen,

denn dann sind fast keine Pollen mehr in der Atemluft. Heuschnupfen kann in jedem Alter auftreten. Pollenallergien treten immer häufiger auf. Warum das so ist, kann nur vermutet werden: Auf der einen Seite hat die Zahl der Pollen, wahrscheinlich bedingt durch klimatische Veränderungen, zugenommen. Auf der anderen Seite wird angenommen, dass die Umweltverschmutzung eine Rolle spielt. Darauf reagieren die Pollen genauso wie der menschliche Organismus.

Durch die Umweltverschmutzung verändern die Pollen ihre Eiweißstrukturen. Sie werden dadurch aggressiver für den menschlichen Körper. Hinzu kommt, dass das menschliche Immunsystem mit immer mehr Schadstoffen umgehen muss. Dadurch werden die Atemwege stärker gefordert und belastet.

Das Argument der Umweltverschmutzung gilt allerdings nur bedingt: Eine Studie aus dem Jahre 1992 zeigte, dass der Heuschnupfen in München 3,5mal so häufig war wie in Leipzig. Dabei war die Luftverschmutzung in Leipzig zu dieser Zeit viel stärker als in München.

Eine Theorie besagt sogar, dass unser Körper sich weniger mit schweren Infektionskrankheiten auseinandersetzen muss und dadurch die Bereitschaft für Allergien gefördert wird. Denn das Immunsystem ist weniger gefordert, hat "freie Kapazitäten" und wird jetzt bei falschen Auslösern aktiv.

Heuschnupfen galt früher als Krankheit, die im Kleinkindalter begann und die man normalerweise nie mehr los wurde. Heute kann man über Jahrzehnte krankheitsfrei sein und plötzlich, vielleicht mit 40 Jahren, an Heuschnupfen erkranken. Die Veranlagung für eine Allergie wird meist vererbt, kann aber auch im Laufe des Lebens erworben werden.



Es gibt unterschiedliche Ausprägungen. Die "atopische Veranlagung" kann sich in Form eines allergischen Schnupfens ("Heuschnupfen"), eines atopischen Ekzems (Neurodermitis) oder eines allergischen Asthmas äußern. Bei 30 Prozent der Pollenallergiker entwickelt sich im Laufe des Lebens neben dem "Heuschnupfen" später ein Bronchialasthma.



Birke und Wiesengräser reizen die Nase. Normalerweise schützt die Nase die tieferen Atemwege vor Partikeln in der Atemluft, wie zum Beispiel Staub und Pollen.

Bei Heuschnupfen-Patienten dringen die Pollen über die Schleimhäute von Mund und Nase in den Körper ein. Es kommt zu einer Überreaktion des Immunsystems. Die weißen Blutkörperchen sind die Polizisten des Immunsystems und identifizieren die Pollen als Fremdkörper, die es zu bekämpfen gilt. Zu diesem Zweck bilden sie beim ersten Kontakt spezielle Abwehrstoffe, die so genannten Antikörper.

Treffen Pollen und Antikörper aufeinander, gibt es eine heftige Reaktion: In den Mastzellen, eine Sondergruppe der weißen Blutkörperchen, werden Mengen von Botenstoffen, unter anderem Histamin, freigesetzt.

Die Folge sind die typischen allergischen Symptome wie Niesanfalle, Fließschnupfen, Augenbrennen, Hautjucken, Quaddelbildung, Hautekzem und Atembeschwerden. Nur ganz selten kommt es bei allergischen Reaktionen zu Erscheinungen bis hin zur Bewusstlosigkeit.

Heuschnupfen-Patienten reagieren auf Pollen bestimmter Pflanzen. Es gibt Menschen, die nur auf so genannte Frühblüher, das sind vor allem Haselnuss, Birke, Weide und Erle, reagieren. Andere reizen nur die Wiesengräser im Mai und Juni, wieder andere die Spätblüher. Einer recht großen Zahl der Patienten macht die gesamte Pollensaison vom Frühjahr bis zum Herbst zu schaffen.

Der echte Heuschnupfen findet nur statt, wenn die Pollen unterwegs sind. Hat man außerhalb der Pollensaison auch noch einen Dauerschnupfen, können Allergien auf Schimmelpilze, Hausstaubmilben, Tierhaare oder Schadstoffe die Ursache sein.

Verschiedene Tests entlarven die Pollen. In welchen Monaten der Patient verschnupft ist, weiß er in der Regel. Dabei kann er aber nicht die Pollen nennen, die bei ihm den Heuschnupfen auslösen.

Eine gezielte Behandlung ist nur möglich nach einem genauen Test und nachdem die Stoffe bestimmt wurden, die die allergische Reaktion auslösen. Das geschieht anhand der Krankengeschichte und durch Hauttests mit allergischen Extrakten.

Beim Epikutantest werden Pflaster mit entsprechenden Substanzen auf die Haut aufgeklebt. Beim Pricktest, dem häufigsten Test, bringt man mit einer kleinen Nadel an mehreren Stellen Probelösungen in die Haut ein.

Beim Intrakutantest werden die Probelösungen direkt in die Haut eingespritzt. So lassen sich auf leichtere, allergische Reaktionen gut erfassen.

Haben sich Hinweise für eine Pollenallergie ergeben, kann man mit Hilfe eines Nasen-Provokationstests beweisen, dass die Nasenschleimhaut beim Kontakt mit den Pollen mit Schnupfen reagiert.

Kontaktadressen

Deutscher Allergie- und Asthmabund e.V.
Hindenburgstr. 110
41061 Mönchengladbach
Telefon: 02161/814940, Fax 814930
Homepage: www.daab.de

ADIZ-Allergie-Dokumentations- und Informations-Zentrum
Burgstr. 12, 33175 Bad Lippspringe
Telefon: 05252/954500
Fax: 05252/954501
Homepage: www.adiz.de

Arbeitsgemeinschaft allergiekrankes Kind,
Hilfe für Kinder mit Asthma,
Ekzem oder Heuschnupfen
Hauptstr. 29, 35745 Herborn
Telefon: 02772/92870
Fax: 02772/928748
Homepage: www.aak.de

Nasentropfen und Cortison in der Schulmedizin

In der Schulmedizin werden verschiedene Medikamente sowie die sog. Hyposensibilisierung durchgeführt.

Bei den Medikamenten unterscheidet man vor allen Dingen vier Gruppen:

■ Die üblichen abschwellenden Nasentropfen. Sie sind für den kurzfristigen Gebrauch gedacht. Bei längerer Anwendung (mehr als zwei Wochen) gewöhnt sich der Allergiker unter Umständen an die Tropfen, so dass ihre Wirkung nachlässt.

■ Cromoglycinsäure: Tropfen oder Gel mit diesem Inhaltsstoff lindern rasch die Beschwerden. Der Nachteil ist, dass der Patient diese Medikamente vier bis sechsmal täglich auf die Nasen- und eventuell auf die





Augenschleimhaut auftragen muss. Die Mittel sind nebenwirkungsfrei.

■ **Antihistaminika:** Sie wirken auch über einen längeren Zeitraum. Es reicht die Tropfen oder Dragees ein- bis zweimal täglich einzunehmen. Die Mittel machen müde, so dass z.B. Autofahrer in ihrer Reaktionsfähigkeit eingeschränkt sein können. Bei Präparaten der neueren Generation wie Liniso(r) oder Hismanal(r) dagegen ist das nicht mehr der Fall.

■ **Cortison:** Wenn Antihistaminika nicht helfen oder die Müdigkeit zu stark ist, wird in seltenen Fällen auch Cortison eingesetzt, meist in Form von Langzeit-Depot-Spritzen. Natürlich können durch das Cortison Nebenwirkungen wie Gewichtszunahme oder Wassereinlagerungen auftreten. Diese sind aber selten, da die Injektion in der Regel nur einmal im Jahr gegeben wird.

Der Nachteil dieser Medikamente ist, dass sie immer nur die akuten Beschwerden lindern, den Heuschnupfen aber nicht zum Verschwinden bringen.

Hyposensibilisierung - eine umstrittene Methode:

Heilung kann mit der Methode der Hyposensibilisierung erreicht werden. Nach der Behandlung soll der Körper weniger empfindlich auf Substanzen reagieren, die für ihn Reizstoffe sind. Der Patient erhält eine speziell für ihn hergestellte Lösung, die alle krankmachenden Allergene in niedriger Dosierung enthält.

Sie werden in allmählich ansteigender Dosis gespritzt. Der Körper soll sich an die Allergene gewöhnen und immer weniger auf sie reagieren. Alle ein bis zwei Wochen wird in der Regel am Oberarm gespritzt. Bei Kindern kann eine orale Therapie erfolgen ähnlich einer Schluckimpfung. Die Behandlung dauert mindestens drei, maximal fünf Jahre. In etwa der Hälfte der Fälle bessert sich der Heuschnupfen deutlich oder wird völlig geheilt. Die Methode hat eine Reihe von Nachteilen: Sie ist kostspielig, und bei jeder Injektion ist ein Zeitaufwand von wenigstens 30 Minuten erforderlich (Injektionen plus Nachbeobachtung).

Außerdem ist sie nicht ungefährlich. Vor allem bei den stärkeren Dosierungen können Schockzustände auftreten – ein sogenannter anaphylaktischer Schock. Auslöser ist oft ein Allergen, das zum Beispiel durch Arzneimittelinjektion direkt in die Blutbahn gelangt. Je nach Schwere der Reaktion kommt es im weiteren Verlauf zum Kreislaufstillstand. Eine Reihe von Todesfällen sind bekannt. Damit solche Komplikationen nicht auftreten, ist die lange Nachbeobachtungszeit nach der Injektion notwendig.

Homöopathie und Eigenblut in der Naturheilkunde

Bei der naturheilkundlichen Diagnostik arbeiten Ärzte entweder mit dem "Muskeltest" aus der Kinesiologie oder mit der Bioresonanz-Methode. Beide Verfahren sind wenigstens genauso sicher wie der "Pricktest", dafür aber erheblich schneller und preiswerter. Sie zählen allerdings nicht zu den von den Kassen anerkannten Verfahren und müssen deswegen privat bezahlt werden.



Die naturheilkundlichen Behandlungsmethoden zeichnen sich hauptsächlich dadurch aus, dass sie frei von Nebenwirkungen sind.

Homöopathie: Bei den homöopathischen Mitteln werden vor allem Luffa operculata, Galphimia und Cardiospermum eingesetzt. Diese sind in vielen biologischen Schnupfenpräparaten enthalten und waren in entsprechenden Testuntersuchungen bei Patientenprüfungen wirksam. Sie stellen eine gute Basisbehandlung des Heuschnupfens dar und können lokal als Nasentropfen oder auch oral zur Einnahme eingesetzt werden.

Anthroposopie: In der anthroposophischen Medizin hat sich besonders das Medikament Gencydo(r) bewährt. Es enthält einen Auszug aus der Zitrone sowie der Cydon-Frucht. Die Ampullen in der Stärke ein-, drei- und fünf Prozent können sowohl injiziert als auch inhaliert werden.

Sehr wirksam ist die Inhalation. Der Patient inhaliert ein- bis zweimal täglich eine Ampulle. Als Prophylaxe kann man mit den Injektionen etwa zwei Monate vor der üblichen Heuschnupfenzeit anfangen, wobei wöchentlich eine Ampulle injiziert wird. Sobald der Heuschnupfen ausbricht, geht der Allergiker auf tägliche Inhalationen der ein-, drei- oder fünfprozentigen Injektionslösung über. Die Gencydo(r)-Augentropfen haben sich zur Behandlung der Bindehautrötung bewährt.

Gegensensibilisierung nach Theurer: Bei dieser Methode handelt es sich um eine Eigenblut-Therapie. Sie wird ebenfalls in aufsteigender Dosis gespritzt, allerdings in homöopathischer Aufbereitung. Dadurch treten im Gegensatz zu der oben genannten Hyposensibilisierung keine Nebenwirkungen auf. Die Blutentnahme muss zu einem Zeitpunkt erfolgen, wenn der Heuschnupfen gerade kräftig ausgebrochen ist. Dann ist die Wirkung am besten. Eine vorbeugende Behandlung ist mit diesem Verfahren nicht möglich.

Bioresonanz-Therapie: Bei dieser Methode werden körpereigene "Schwingungen" aufgezeichnet und daraus Informationen über den Zustand des Körpers und seiner Organe gewonnen. Wenn die registrierten "Schwingungen" krankhaft sind, werden sie in einem Gerät verändert und dem Körper wieder zugeführt. Die Basisdiagnostik am Gerät beginnt mit einer Grundbehandlung, in der zunächst die energetische Situation des Körpers durch Messung an Fingern und Zehen ermittelt wird.

Für die Messungen wird dem Patienten eine Ableitelektrode angelegt oder in die Hand gegeben. Die Messungen erfolgen dann mit einer Messelektrode an unterschiedlichen Punkten, zum Beispiel an den Händen und Fingern oder an unterschiedlichen Akupunkturpunkten.

Beim Heuschnupfen nimmt der Arzt mit dem elektronischen Gerät die Schwingung der Pollen auf und überträgt sie in mehreren Sitzungen auf den Patienten. Das reduziert die Empfindlichkeit des Organismus, auf Pollen zu reagieren. Im Idealfall verschwindet die Allergie ganz.

Wir haben mit dieser Methode eine ganze Reihe von Heuschnupfenheilungen erlebt. Das Verfahren ist schnell, relativ sicher und völlig nebenwirkungsfrei. Im allgemeinen lassen sich bei der Behandlung andere Allergien, zum Beispiel auf Nahrungsmittel oder Tierhaare, günstig beeinflussen, zum Teil sogar beseitigen.

Mit eigenem Urin den Schnupfen stoppen Die Eigenurin-Injektion:

Seit vielen Jahren hat sich in meiner Praxis beim Heuschnupfen die Eigenurin-Injektion bewährt. Mit Beginn des Heuschnupfens injiziert der Behandelnde täglich zwei Milliliter Eigenurin (bei Kindern etwas weniger, bei großen Menschen bis drei Milliliter) in den Muskel. Da die Injektion schmerzen kann, wird ein Milliliter Procain einprozentig dazu gemischt. Die Injektion ist dann fast schmerzfrei. Verwendet wird der frische Urin, der vor jeder Injektion auf Salze, Zellen (Leukozyten und Erythrozyten) und Bakterien geprüft wird. Ist er frei von krankmachenden Erregern, spritzt ihn der Arzt in den Muskel. Findet er mit dem Teststreifen oder unter dem Mikroskop verdächtige Bestandteile, wird der Urin vor der Injektion kurz aufgekocht. Urin von Frauen während der Regelblutung wird nicht verwendet.

Die Kosten der Therapie sind sehr gering, wenn man von den häufigen Urinuntersuchungen absieht. Oft ist nach zwei Wochen der Heuschnupfen fast völlig verschwunden. Gelegentlich reichen wenige Injektionen. Es gibt allerdings auch Patienten, bei denen eine längere Behandlung notwendig ist.

Dann müssen auch im zweiten Jahr noch einige Injektionen gegeben werden, in den meisten Fällen aber wesentlich weniger als im ersten Jahr. Selten benötigt der Geplagte im dritten Jahr eine weitere Behandlung. Die Therapie ist völlig nebenwirkungsfrei.

Fallbeispiel:

Ein 40jähriger Mann litt seit mehr als 20 Jahren an starkem Heuschnupfen. Die Therapie mit Antihistaminika und früherer Hyposensibilisierung half nicht mehr viel, sodass er sich zweimal pro Jahr eine hohe Cortisondosis spritzen ließ. Er begann die Eigenurintherapie sehr skeptisch. Anfangs merkte er keine Veränderung, obwohl er sich konsequent jeden Tag seine Eigenurin-Injektion geben ließ. Nach zwei Wochen setzte die Besserung ein, nach sechs Wochen war er völlig beschwerdefrei, obwohl seine Heuschnupfensaison noch nicht vorbei war. Im zweiten Behandlungsjahr benötigte er nur noch einige Injektionen. Im dritten Jahr war er ohne Behandlung fast beschwerdefrei.

Weiterführende Literatur:

S. Flade: "Allergien natürlich behandeln",
Gräfe und Unzer GmbH, München, 1997

R. Schopf: "Allergologie systematisch",
Uni-Med-Verlag AG, Bremen und Lorch, 1997

Der Autor

Dr. med. Jürgen Freiherr von Rosen:

Jahrgang 1938, studierte Medizin in Münster, Lausanne und Berlin. Nach dem Staatsexamen durchlief er eine Ausbildung in verschiedenen Bereichen der Medizin, bevor er sich 1971 als praktischer Arzt niederließ. Zehn Jahre danach eröffnete er eine naturheilkundliche Fachklinik in der Rhön, die sich auf Therapien bei Schmerzen und Allergien sowie Er-schöpfungszustände spezialisiert hat.

Weitere Informationen erhalten Sie gerne bei:

Schlosspark-Klinik Gersfeld
Fachklinik für naturgemäße Ganzheitsmedizin

Dr. med. Jürgen Freiherr von Rosen
Fritz-Stamer-Str. 11
36129 Gersfeld/Rhön

Tel. 06654/160
Fax 06654/16 63

Internet: www.schloss-klinik.de
E-mail: info@schloss-klinik.de

