

„Asthma und Allergien - ist Heilung möglich?“

Expertenchat vom 25.09.2007 mit Frau Dr. Ute Lepp, Fachärztin für Innere Medizin, tätig als Ärztin mit den Schwerpunkten Lungen- und Bronchialheilkunde und Allergologie in der Herz-Lungen-Praxis Stade.

Die Zahl der Asthmaerkrankungen ist in den letzten Jahrzehnten weltweit stark gestiegen. In Deutschland sind mittlerweile etwa 15% der Bevölkerung betroffen. Auch Allergieerkrankungen haben deutlich zugenommen: Die Zahl der Betroffenen hat sich in den letzten drei Jahrzehnten verdreifacht. In Europa leiden heute schon 30%-40% der Bevölkerung an einer Allergie. Während einige Experten davon ausgehen, dass damit der Höchststand von Allergien erreicht ist, schätzt die Europäische Stiftung für Allergieforschung (ECARF), dass im Jahr 2010 jeder Zweite betroffen sein wird.

Behandlung von Asthma

Bei der Behandlung von Asthma gibt es unterschiedliche Ansätze. Medikamente wie Cortisonsprays haben zu Unrecht einen schlechten Ruf, erklärte Frau Dr. Lepp. Die befürchteten Nebenwirkungen treten nur bei Cortison-Tabletten oder -Spritzen auf. In speziellen Asthaschulungen, die im Rahmen moderner Gesundheitsprogramme angeboten werden, lerne man viel über Asthasprays. Manche Patienten könnten das Cortisonspray durch spezielle Asthmatabletten ersetzen. Der chemische Name für diese sei Montelukast. Ältere Menschen können bei Asthmasschwerden zusätzlich eine Gripeschutzimpfung durchführen, um die chronische Atemwegserkrankung zu lindern. Eine Prognose zur Heilung von Asthma kann pauschal nicht gegeben werden, verriet Frau Dr. Lepp. Es gebe innerhalb der Therapie starke Schwankungen, zum Beispiel durch hormonelle Veränderungen. Der Behandlungsprozess bestehe aus Phasen, in denen auch eine Beschwerdefreiheit erreicht wird. Die Veranlagung zum Asthma bleibt aber ein Leben lang. Natürlich könne sich ein allergisches Asthma bessern oder verschwinden, weiß Frau Dr. Lepp, aber nur wenn man Allergenen nicht mehr ausgesetzt ist.

Wenn ein Asthmatiker plötzlich einen Asthmaanfall bekommen sollte, könne ihm auch ohne Sprays geholfen werden. Der Betroffene solle erst einmal ruhig bleiben, rät Dr. Lepp. Dann

könne man atemerleichternde Stellungen einnehmen (zum Beispiel wie „ein Torwart stehen“ oder beim Sitzen die Unterarme auf den Oberschenkel aufstützen). Zudem soll durch die Nase ein und durch die geschlossenen Lippen wieder ausgeatmet werden. Die richtige Atemtechnik bei einem Asthmaanfall kann in diversen Büchern und Broschüren nachgelesen werden. Die sogenannte Buteyko-Atmung, die aus der Meditation stammt, hält Frau Dr. Lepp in den meisten Fällen für ungeeignet.

Arten von Allergien

Allergien gründen sich auf verschiedene Ursachen: Haustierhaare, Sonnenstrahlen oder Hausstaubmilben können allergische Reaktionen hervorrufen. Auch im höheren Alter können allergische Beschwerden neu auftreten.

Heuschnupfen. Die häufigste Form von allergischen Reaktionen ist der Heuschnupfen. Die Zahl der Patienten, die an Heuschnupfen erkrankt sind, ist in den letzten Jahren weiter angestiegen. Allerdings sei der Höhepunkt der Ausbreitung dieser Erkrankung laut Dr. Lepp erreicht und die Zahl der neu gemeldeten Allergiker in den letzten 2 Jahren nicht mehr angestiegen. Frau Dr. Lepp erläutert, dass das vermehrte Auftreten von Allergien auf die verbesserte Hygiene zurück zu führen sei. Kinder, die auf dem Bauernhof groß werden, haben nachweislich weniger Allergien als Stadtkinder. Die Zunahme von Allergien könne aber nicht endlos weitergehen, sondern erreiche ein Plateau, sagte Frau Dr. Lepp.

Die Symptome von Allergien sind unterschiedlich. Eine chronische Nebenhöhlenentzündung zum Beispiel stellt eine Sonderform des chronischen Schnupfens dar und kann unter anderem durch häufige Allergiebeschwerden verursacht werden. Der allergische Schnupfen ist dadurch gekennzeichnet, dass der Patient nicht ständig niesen muss, aber die Nase „dicht“ ist. Dies führt dazu, dass auch die Gänge der Nebenhöhlen zugeschwollen sind. Es kommt zu einer Nebenhöhlenentzündung, die in der Regel äußerst hartnäckig ist.

Tierhaarallergie. Bei einer Haustierallergie, wobei der Betroffene vor allem gegen Tierhaare allergisch ist, ist zwischen den einzelnen Tierarten zu unterscheiden. Wer auf Katzenhaare allergisch reagiert, muss nicht zwangsläufig gegen Hunde- oder Meerschweinchenhaare allergisch sein, obwohl Tierhaarallergiker durchaus auf mehrere verschiedene Tiere allergisch reagieren können. Durch andauernden Kontakt kann sich eine existierende Allergie weiter verschlimmern. In der Kleidung können sich Tierallergene verfangen, die so in die Wohnung getragen werden können.

Hausstaubmilbenallergie. Eine Hausstaubmilbenallergie äußert sich hauptsächlich nach dem Aufstehen, da die Milben meist in Betten vorkommen. In diesem Fall sollte sich der Betroffene hausstaubmilbendichte Überzüge für die Matraze sowie waschbare Decken und Kissen zulegen. Im Anschluss kann mit einer Desensibilisierung (=Allergieimpfung) für Hausstaubmilben begonnen werden, erklärte Frau Dr. Lepp.

Hinter Neurodermitis steckt hingegen nicht immer eine Allergie. 20 % der Menschen mit Neurodermitis haben keine Allergie. Sie neigen aber mehr zu Allergien und zu Asthma als Menschen ohne dieses Krankheitsbild.

Lichtallergie. Auch Licht kann zu allergischen Reaktionen führen, wobei es sowohl eine sogenannte „Lichtallergie“ als auch eine „Mallorca-Akne“ auslösen kann. Eine Unterscheidung zwischen diesen beiden Formen ist auch für Fachleute schwierig und nur über spezielle Hauttests möglich. Bei einer „Lichtallergie“ helfen zur Vorbeugung Sonnenschutzmittel mit einem hohen Lichtschuttfaktor. Es gibt allerdings auch Fälle, wo ein Ausschlag durch die Kombination von einer Creme und der Sonne ausgelöst wird. In dieser Situation können Sonnen-Gels helfen, rät Frau Dr. Lepp.

Berufsallergien. Eine Berufsallergie ist eine weitere spezifische Allergieform. Sie tritt vor allem bei Bäckern, Landwirten, Friseuren oder in Gesundheitsberufen auf und wird so genannt, weil der Betroffene bei der Berufsausübung mit dem Allergen in Kontakt kommt. Ein behandelnder Arzt meldet eine solche Allergie der zuständigen Berufsgenossenschaft, damit ein Gutachten erstellt werden kann, das nachweist, ob tatsächlich eine berufliche Allergie vorliegt. Eine Berufsgenossenschaft ist für Betroffene auch gute Anlaufstelle für eine Beratung zum Umgang mit dieser Krankheit.

Lebensmittelallergien. Bei Lebensmittelallergien(z. B. gegen Erdnüsse), einer weiteren verbreiteten Allergieform, können bereits winzige Mengen des Allergens eine allergische Reaktionen auslösen. Auch hierbei sind nahrungsmittelspezifische Reaktionen zu beobachten. Wer gegen Haselnüsse allergisch ist, muss nicht zwangsläufig gegen Erdnüsse allergisch sein. Wer gegen Haselnüsse allergisch ist, ist aber normalerweise auch gegen Birkenpollen allergisch, da in beiden der gleiche allergene Eiweißstoff enthalten ist. Erdnüsse hingegen gehören zu der Familie der Sojabohnen und sind nicht mit Haselnüssen verwandt.

Behandlung und Heilung von Allergien

Eine wirksame Behandlung von Allergien stellt die Hyposensibilisierung dar. Dabei sind die Erfolgschancen relativ hoch. Pollenallergiker haben eine 90- Hausstauballergiker eine 80-prozentige Chance auf Symptomlinderung. Eine Heilung von Allergiebeschwerden für mindestens 10-15 Jahre kann durch eine spezifische Immuntherapie (auch Desensibilisierung oder Allergieimpfung genannt) erreicht werden. Jedoch können in den meisten Fällen durch eine Behandlung lediglich die Symptome der Allergie gelindert werden. Bei einer Allergieimpfung spritzt der Arzt die Allergene in ansteigender Menge in den Oberarm, um den Körper unempfindlich zu machen. Diese Art der Therapie dauert insgesamt 3 Jahre. Eine Hyposensibilisierung sei eine bewährte Methode der Behandlung und werde seit über 100 Jahren angewandt, erläuterte Frau Dr. Lepp. Von einer Eigenbluttherapie als eigenständige Behandlungsform rät sie hingegen ab. Auch die Wirksamkeit einer sogenannten Bioresonanz konnte in mehreren großen Untersuchungen nicht nachgewiesen werden. Akkupunktur könne zumindest kurzfristig helfen, weiß Frau Dr. Lepp. Langzeiteffekte wurden dagegen nicht festgestellt.

Bei Allergikern kann der Fall eintreten, dass Medikamente nur ein paar Jahre lang helfen. Eine vollständige Resistenz gegen Allergiemittel, wie gegen Lorano zum Beispiel, konnte in der Medizin bisher aber nicht festgestellt werden. Wenn man 1-2 Jahre ein anderes Mittel nehmen würde, erklärt Frau Dr. Lepp, könne das erste Medikament wieder helfen. Wenn Menschen einen Allergietest machen (z. B. nach einer allergischen Reaktion), müssen Medikamente wie Lorano abgesetzt werden. Gerade im Hinblick auf Hauttests, die zum Beispiel bei Verdacht von Schimmelpilzallergien zur Erkennung eingesetzt werden, muss der Patient Lorano 2 Tage vorher absetzen.

Frau Dr. Lepp rät, dass Kinder nur auf Allergien getestet werden sollten, wenn im Vorfeld Beschwerden aufgetreten sind. Prinzipiell könne man Allergien bei Kleinkindern schon mit einem Bluttest überprüfen lassen, der übliche Hauttest sei in der Regel aber erst im Schulalter sinnvoll.

Wenn nur ein Elternteil unter Allergien leidet, liegt die Allergiewahrscheinlichkeit bei Kindern bei ca. 30 %. Wenn beide Elternteile betroffen sind, erhöht sich die Möglichkeit von einer Allergie betroffen zu werden auf etwa 60 %. Um das Risiko einer Allergieerkrankung im Kindesalter zu minimieren, wird von Dr. Lepp empfohlen, dass der Säugling 4-6 Monate gestillt werden soll.

Abschließend wies Frau Dr. Lepp die Betroffenen darauf hin, dass sie die Beratung beim zuständigen Arzt in Anspruch nehmen sollten und darüber hinaus Schulungsprogramme für die jeweilige Krankheit sinnvoll seien, denn gut informierte Patienten können besser mit den Besonderheiten und spezifischen Problemen ihrer Krankheit umgehen.