

Patienteninformationen

Wie behandelt man ein Asthma? Muss ein Asthma unbedingt mit Cortison behandelt werden?

Da dem Asthma stets eine Entzündungsreaktion zu Grunde liegt und eine chronische Entzündung zu Vernarbungen, d.h. zu definitiven Schäden führt, ist eine antientzündliche Dauertherapie unbedingt notwendig. Dabei wird üblicherweise inhalatives Cortison eingesetzt, das allerdings sehr niedrig dosiert und lediglich lokal angewendet wird, so dass keine unerwünschten Wirkungen auftreten. Neben inhalativen Kortisonpräparaten gibt es noch andere, jedoch nur bedingt wirksame, antientzündliche Therapiemöglichkeiten, welche der Arzt in besonderen Fällen verordnen kann.

Da neben der Entzündungsreaktion häufig auch eine Verkrampfung (Verengung) der Atemwege besteht, werden regelmässig Bronchodilatoren als weiteres inhalierbares Medikament angewendet. Diese lösen die Verkrampfung und erleichtern somit das Atmen.

Wie häufig sind Nahrungsmittel-Allergien?

Nahrungsmittel-Allergien im Sinne von nachgewiesenen Ueberempfindlichkeiten mit einer immunologischen Ursache sind relativ selten, sie kommen in ca. 2-3% bei Kindern und weniger als 1% bei Erwachsenen vor. Nichallergische Ursachen von Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten sind bedeutend häufiger.

Warum reagieren Patienten mit Heuschnupfen auf gewisse Früchte?

Beim Heuschnupfen können sogenannte Kreuzreaktionen zwischen Pollen und vielen Früchten auftreten. Beispielsweise kann Birkenpollen mit Äpfeln reagieren. Symptome treten vorwiegend im Mund-/Rachenbereich auf mit Jucken, pelzigem Gefühl und Engegefühl. Man spricht deshalb auch von einem "oralen Allergiesyndrom" oder einer "pollenassoziierten Nahrungsmittel-Allergie".

Welche Möglichkeiten gibt es bei Tier-Allergien?

Bei allen Allergien sollte man nach Möglichkeit versuchen, das verursachende Allergen zu vermeiden. Der Kontakt mit einem Tier, das eine Allergie auslöst, sollte also auf ein Minimum reduziert werden, vor allem wenn dabei auch gefährliche Asthmanfälle auftreten. Tritt eine Allergie auf gegen ein Haustier, so kann man versuchen, durch eine Beschränkung des Tieres auf wenige Räume und eine geeignete Raumlufreinigung den Kontakt mit den Tier-Allergenen zu vermindern. Allenfalls müssen textile Böden ersetzt werden.

Was ist das Ziel einer Sporttherapie beim Asthma?

Asthmatiker schonen sich normalerweise. Dieser Schonung liegt zu Grunde, dass sich bei körperlicher Belastung ihr Asthma verstärkt (Trigger!). Dies führt jedoch dazu, dass 30% der Asthmatiker eine krankhafte Fitness aufweisen. Auf Grund dieses Fitness-Defizits wirkt sich das Asthma bereits bei geringerer Belastung aus und eine anstrengungsinduzierte Verschlechterung tritt früher auf. Somit verstärken sich Asthma und mangelnde Fitness gegenseitig, so dass die Patienten immer mehr Atemproblemen ausgesetzt sind. Diesen Kreis zu unterbrechen ist das Ziel der Sporttherapie. Mit sportlichem Training kann die Fitness auch bei Asthmatikern effizient verbessert werden. Am Asthma selbst wird damit allerdings nichts verändert. Voraussetzung für eine Sporttherapie ist deshalb eine gute medikamentöse Grundeinstellung. Sporttherapie betreibt man deshalb nicht gegen das Asthma, sondern für den Asthmatiker.

Wie wird eine Sporttherapie durchgeführt?

Von Bedeutung ist, dass der Asthmatiker mit einer üblichen antiasthmatischen Therapie soweit behandelt ist, dass er uneingeschränkt in der Lage ist sich körperlich zu belasten. Falls diese Voraussetzung erfüllt ist, kann durch gezielte sporttherapeutische Massnahmen, welche vor allem die Ausdauer fördern sollen, die Fitness verbessert werden. Patienten, die bisher wenig Sport betrieben haben, sollten durch leistungsdiagnostische Massnahmen abgeklärt und in ihrem Trainingsverhalten angeleitet werden. Patienten, welche gewohnt sind, sich körperlich zu betätigen, sollen uneingeschränkt damit weiterfahren und so die Voraussetzungen erfüllen, um in der gewohnten Umgebung mitspielen resp. "mitmachen" zu können. Insbesondere im Kindesalter ist sportliche Betätigung eine der wesentlichen sozialen Aktivitäten. Dem Spiel in der Gruppe kommt deshalb eine besonders grosse Bedeutung zu.

Welche Beschwerden verursachen Allergien?

Allergien verursachen Beschwerden an Augen, Nase, Mund, Rachen, Bronchien, Magen-Darmtrakt und Haut. Es treten Jucken, Rötungen, Schwellungen, Atembeschwerden, Niessen, Uebelkeit, Erbrechen, Durchfälle etc. auf. Die Beschwerden sind je nach verursachendem Allergen und betroffenem Organ verschieden.

In welchem Alter entstehen Allergien?

Allergien können in jedem Alter auftreten. Im ersten Lebensjahr tritt die Neurodermitis auf, häufig in Kombination mit einer Nahrungsmittel-Allergie. Ab ca. dem 3. bis 5. Lebensjahr treten Asthma und Heuschnupfen auf.

Sind Allergien vererbbar?

Die Veranlagung für eine Allergie wird vererbt. Damit die Allergie auftritt, müssen aber zusätzliche Voraussetzung vorhanden sein, d.h. es kommen externe Faktoren aus der natürlichen Umgebung dazu.

Sind Allergien heilbar? Gibt es ursächliche Therapien?

Allergien sind im Prinzip nicht heilbar. Sie können häufig medikamentös erfolgreich therapiert werden. Beim Heuschnupfen gibt es die Hyposensibilisierung (Immuntherapie), die ursächlich die Allergie therapiert und häufig zu einem langjährigen Erfolg mit weitgehender Beschwerdefreiheit führt. Die Hyposensibilisierung kann ab fünf bis sechs Jahren durchgeführt werden.

Wie gefährlich sind Bienen- und Wespenstich-Allergien?

Bienen- und Wespenstiche können zu schweren, lebensbedrohlichen allergischen Reaktionen (Anaphylaxien) führen. Gefährdet sind vor allem Patienten, die bereits einmal schwer reagiert haben und ältere Leute. Eine schwere Reaktion kann aber unerwartet und auch bei jüngeren Leuten auftreten. Nach einer Reaktion empfiehlt sich eine eingehende Abklärung und Beratung durch einen Allergologen.