

Heuschnupfen und Allergien – natürlich behandeln!

Vortrag vom 5. März 2010

Wichtige Fakten:

- 1926 hatte ca. 1% der Bevölkerung eine Allergie, Heuschnupfen oder Asthma
- zwischen 1950 und 1960 lagen die Zahlen um das Vier- bis Fünffache unter den heutigen
- heute sind ca. 50-80% (reg. unterschiedlich) der Bevölkerung der Industrienationen von allergischen Symptomen betroffen
- es gibt große Unterschiede in der Häufigkeit zwischen verschiedenen Ländern und Regionen
- Kinder sind zunehmend häufiger betroffen

Inhalt:

Überblick zum Thema Allergie:

Atopische Erkrankungen

WHO Definition

Was passiert bei allergischen Reaktionen?

gezeigt am Beispiel Pollinosis

Unterschiedliche Allergief Formen

Pollenflugkalender

Unterschiedlich starke Auslöser

Allergiesymptome allg.

Beispiele für Allergene

Allergie-Typen

Therapieansätze:

Diagnose, Therapie

Schulmedizin

Möglichkeiten toxischer Belastungen

Verschlackung

Ausleitung und Entgiftung

- Leber

- Niere

- Lymphe

Darmsanierung

Säure-Basen-Balance

Eigenblutbehandlung

Kuren

- Fasten

- andere Möglichkeiten

Cranio-Sacral-Therapie

Vorbemerkung:

Eine interessante Begebenheit im Vorfeld des Vortrags möchte ich kurz erwähnen.

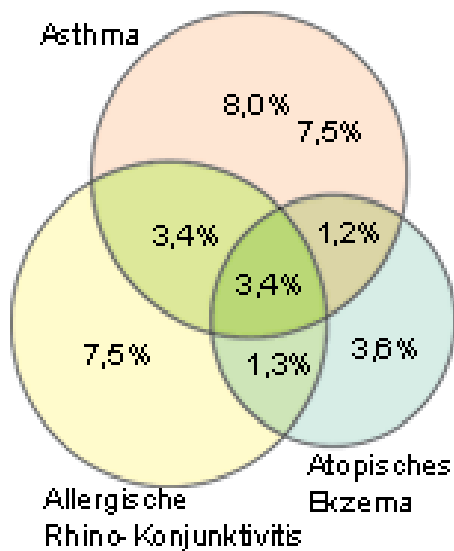
Ich fragte eine Bekannte, von der ich vermutete, dass sie Allergieprobleme haben könnte, ob sie nicht zum Vortrag kommen wolle. „Ach nein, ich bin nur auf Zink allergisch und meine Tochter auf Möhren, das ist ja nicht so schlimm...“ war die Antwort. So allgegenwärtig und fast schon „normal“ sind Allergien heute.

Hier geht es darum, die Betroffenen über die Sichtweise der Naturheilkunde zu informieren. Auch – oder gerade – Menschen mit medizinischer Vorbildung können Informationen und Nutzen daraus ziehen, aber es ist kein im engeren Sinne wissenschaftlicher Text. Einige Quellenangaben finden sich jedoch in Klammern.

Mir ist klar, dass beispielsweise eine Erdnussallergie einen anaphylaktischen Schock zur Folge haben kann, der ohne Adrenalinspritze sogar tödlich enden kann. Ob die unten aufgezeigten Methoden in solchen fortgeschrittenen Fällen noch helfen können, weiß ich nicht. (Es würde mich aber interessieren, Betroffene können mir gerne mailen zu dem Thema!)

Ich nenne es „fortgeschritten“, weil allergische Erkrankungen oft einen typischen Verlauf haben:

- *Milchschorf*
- *Neurodermitis*
- *Heuschnupfen*
- *Asthma bronchiale*



- *Prävalenz der allergischen Symptome*
© Quelle: ISAAC-Studie, in 56 Ländern bei 464 000 Kindern im Alter von 13 bis 14 Jahren durchgeführt (1998).

Diese Grafik von 1998 umfasst nicht nur Industrieländer. Die Zahlen heute bei uns liegen um einiges höher.

Ca. 30% aller Heuschnupfen Patienten entwickeln im Laufe der Zeit Asthma bronchiale.

Definition der WHO (Weltgesundheitsorganisation):

„Allergie ist eine angeborene oder erworbene spezifische Änderung der Reaktionsfähigkeit des Immunsystems gegenüber körperfremden eigentlich unschädlichen Substanzen, die als Allergen erkannt werden.“

Pschyrembel, 259. Auflage

Was ist eine Allergie?

Beispiel Pollinosis (Pollenallergie, bzw. Heuschnupfen)

Typische Symptome:

Nase: Fließschnupfen, verstopfte Nase, häufiges Niesen, Juckreiz

Augen: gerötete Augen, Augenbrennen, Anschwellen der Augenlider, starker Juckreiz

Außerdem: Abgeschlagenheit, Müdigkeit

Was passiert bei einer allergischen Reaktion?

Beispiel: Pollenallergie / Heuschnupfen

- winzig kleine Pollen gelangen über Atemluft auf Schleimhäute der Atemwege
 - bestimmte Eiweiße darin sind sog. **Allergene**
 - Allergene rufen bei Allergikern eine Überreaktion der Immunsystems hervor, der Körper stuft sie fälschlicherweise als „gefährlich“ ein
 - der Botenstoff (Hormon) **Histamin** spielt die Hauptrolle in dem Kampf gegen die Eindringlinge
 - Histamin wird aus bestimmten weißen Blutkörperchen, den **Mastzellen** freigesetzt
 - Histamin ist im Wesentlichen für die **überschießende Abwehrreaktion** der Schleimhäute verantwortlich und löst so die allergischen Symptome aus

Beachte: Die globale Erwärmung verstärkt den Pollenflug!

Die Wissenschaft – die dem aktuellen Geschehen ja oft etwas hinterher hinkt – hat endlich einen Zusammenhang zwischen der Luftverschmutzung und dem vermehrten Auftreten von Allergien entdeckt. Blütenpollenallergene und andere Proteine (Eiweiße) reagieren mit Stickoxiden und Ozon aus Autoabgasen zu Nitroproteinen. Nitroproteine können besonders starke allergische reaktionen hervorrufen. (2)

Pollenflugkalender

Wer nicht genau weiß, welche Pollen für seine Pollenallergie verantwortlich sind, kann sich an dem folgenden Pollenflugkalender orientieren:

	Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt
Erle		XXX	XXX	XX						
Hasel	XX	XXX	XXX	XX						
Ulme			XXX	XXX						
Weide			XXX	XXX	XXX					
Pappel			XX	XXX	XX					
Ahorn			XX	XXX	XXX	XX				
Eibe			XX	XXX	XXX	XX				
Birke			XX	XXX	XXX					
Eiche			XX	XXX	XXX					
Esche			XX	XXX	XXX					
Hainbuche			XX	XXX	XXX					
Raps				XXX	XXX	XXX	XXX	XXX		
Esche				XXX	XXX					
Flieder				XXX	XXX					
Platane				XXX	XXX					
Rotbuche				XXX	XXX					
Spitzwegerich				XX	XXX	XXX	XXX	XXX		
Ampfer				XX	XXX	XXX	XXX	XX		
Löwenzahn				XX	XXX	XXX	XX			
Fichte				XX	XXX	XXX				

Walnuss				XX	XXX	XX				
Hopfen					XXX					
Akazie					XXX	XXX				
Roskastanie					XXX	XXX				
Weizen					XXX	XXX	XXX			
Gräser					XXX	XXX	XXX	XXX	XX	
Kiefer					XXX	XXX	XXX	XXX	XX	
Holunder					XX	XXX	XXX	XX		
Hafer					XX	XXX	XXX			
Roggen					XX	XXX	XX			
Tanne					XXX	XX				
Gerste						XXX	XXX			
Linde						XXX	XXX			
Gänsefuß						XXX	XXX	XXX		
Beifuß						XXX	XXX	XXX	XX	
Goldrute						XXX	XXX	XXX	XX	
Brennnessel						XXX	XXX	XXX	XXX	XXX
Mais						XX	XXX	XX		
Nessel						XX	XXX	XXX	XX	
Ambrosia								XXX	XXX	

XXX = starke Belastung XX = mittlere Belastung

Verschiedene Allergien

Allergieform	Betroffenes Organsystem	Beispiele für Allergene
Inhalationsallergie (z.B. Heuschnupfen)	Atemwege	Blütenstaub (Pollen), Pilzsporen, Tierhaare
Kontaktallergie (allergische Ekzeme)	Haut	Kosmetika, Modeschmuck (insbesondere aus Nickel), Pflanzen (z.B. Arnika, Chrysanthemen, Rainfarn und versch. Primeln)
Nahrungsmittel- allergie	Magen-Darm-Trakt, Haut (weil die Allergene über die Blutwege dort- hin gelangen)	Nüsse, Erdbeeren, Hühnerei-Eiweiß, Lebens- mittelfarbstoffe
Arzneimittelallergie	abhängig von der Arzneimittelaufnahme	Antibiotika, Schmerzmittel
Insektengiftallergie	Haut, Atemwege	Bienen, Wespen
Sonnenallergie	Haut	UVA-Strahlen

(1)

Allergische Reaktionen



(1)

- Bestimmte Stoffe, z. B. Giftefeu (Toxicodendron radicans) sind so stark allergen, das sie **immer** zur Allergie führen.
- Andere Stoffe sind weniger stark allergen wirksam. **Mit**auslöser: ungünstige Kontaktnahme (z.B. chron. geschädigte Haut) oder erbliche Bereitschaft.

Allergiesymptome

- Augen: Tränen, Schwellung, Jucken
- Nase: Niesen, Schwellung, Laufen
- Lunge: Atemnot, Asthma
- Haut: Rötung, Pusteln, Juckreiz
- Magen-Darm: Durchfall, Entzündungen, Krämpfe
- HKL: Herzrasen, Blutdruck zu hoch oder zu niedrig
- Zellen: Zerstörung der Zellfunktion



(1)

Beispiele von Allergenen

pflanzlich:

Pollen, Mehle, Kleie, Stoffe und Fasern, Nahrungsmittel, Holzstaub, Pilzsporen

tierisch:

Tierhaare, Schuppen, Federn, Eiweiß, Ausscheidungen (Hausstaubmilben)

chemisch:

Gase, Konservierungsmittel, Duftstoffe, andere Fein-Stäube bei Verarbeitung

z.B: Parfums / Duftstoffe: viele reagieren allergisch auf synthetische Duftstoffe. Billige Parfums müssen auf künstliche Duftstoffe (Fragrance – Mix) zurück greifen. Man sagt, dass es kaum möglich, bzw. üblich ist, bei Parfums unter 50 Euro natürliche Duftstoffe einzusetzen. (Ausnahmen bitte bei mir melden ;-))

Allergie-Typen

- Typ I:
 - Soforttyp, Sek.- Min. (Pollinosis, Anaphylaxie, Ig-E)
- Typ II:
 - Zellschaden, 6-12 Std. (z. B. von Blutzellen, Ig-M, Ig-E)
- Typ III:
 - Immunkomplex, 6-12 Std. (z. B. Serumkrankheit, Ig-G)
- Typ IV:
 - Spätreaktion, 1-4 Tage (Kontaktekzem, Abstoßung)

(wer sich hierfür genauer interessiert, bitte an anderer Stelle nachlesen)

Außerdem möglich:

Pseudoallergie:

Pseudoallergie bedeutet, dass die allergische Reaktion zwar beim Patienten da ist, aber im Bluttest nicht nachgewiesen werden kann.

Unverträglichkeit, Intoleranz:

Besonders häufig: Nahrungsmittel-Intoleranzen oder –unverträglichkeiten, z.B: Laktose-Intoleranz, Fructose-Intoleranz, Histamin-Intoleranz, u.a.

Bei Nahrungsmittel -Intoleranzen laufen allerdings keine allergischen Reaktionen, wie oben beschrieben ab, sondern es **fehlen** die passenden **Enzyme** um bestimmte Stoffe verarbeiten zu können.

Zum Beispiel braucht der Körper, um Milch und viele Milchprodukte verstoffwechseln zu können, das Enzym Laktase. Vielen Menschen fehlt aber dieses Enzym, deshalb reagieren sie auf Milchprodukte mit Bauchschmerzen, Bauchkrämpfen, Übelkeit, heftige übelriechende Blähungen, u.a.

Mit „viele Menschen“ meine ich wirklich VIELE Menschen. Darauf deutet nicht nur das immer größer werdende Regal mit laktosefreien Lebensmitteln im Supermarkt hin, sondern aus entwicklungsgeschichtlichen Gründen können fast alle Asiaten keine Milchprodukte verarbeiten.

Die im zweiten Teil folgenden Ratschläge können aber auch hier die Gesamtsituation wesentlich verbessern.

Quellen:

(1) Fa. Pascoe, Gießen

(2) Dr. Ulrich Pöschl und Dr. Michael Weller vom Lehrstuhl für Hydrogeologie, Hydrochemie und Umweltanalytik der TU München (Prof. Reinhard Nießner) im Fachmagazin Environmental Science and Technology und im Wissenschaftsmagazin Nature, 2004/2005

Der zweite Teil „Therapiemöglichkeiten“ wird in Kürze online gestellt!