

Presseinformation

Hilfe für Heuschnupfen-Geplagte

Heuschnupfen: So kommen Sie gut durch's Frühjahr

Frankfurt am Main, 02.03.2021 – Jetzt beginnt sie wieder: die unangenehme Heuschnupfen-Zeit. Zwischen 15 und 20 Prozent der Deutschen und damit mindestens zwölf Millionen Menschen leiden unter den Frühblühern Erle, Birke und Hasel und reagieren mit Niesattacken, anschwellender Nasenschleimhaut mit wässrigem Schnupfen, Luftnot sowie geröteten und juckenden Augen. Wie Heuschnupfengeplagte trotz der unangenehmen Symptome gut durch's Frühjahr kommen, weiß die Landesapothekerkammer Hessen.

Hilfe zur Selbsthilfe

Mittlerweile gibt es viele rezeptfreie Arzneimittel, die Linderung verschaffen und die Symptome des Heuschnupfens lindern. Patienten können entweder zu Augentropfen oder Nasensprays greifen. Zusätzliche Hilfe bietet die abendliche Verwendung einer Nasendusche. Auch kleine Tricks können helfen: Tagsüber schützt eine Sonnenbrille die gereizten Augen, Kühlkompressen wirken abschwellend. Damit die Pollenbelastung zu Hause minimal ist, sollten die Fenster möglichst nicht auf Dauer gekippt werden. Auch ein Pollenschutzvlies am Fenster kann die lästigen Pollen fernhalten. In Städten sollte optimalerweise zwischen circa 6:00 und 8:00 Uhr morgens gelüftet werden, in ländlichen Gebieten zwischen 19:00 und 24:00 Uhr. Und: Waschen Sie Ihre Haare abends, um sie von Pollen zu befreien und nehmen Sie die tagsüber getragene Kleidung nicht mit ins Schlafzimmer. Dann bleibt ihr Schlafzimmer „pollenfrei“. Ein Pollenflugkalender aus der Apotheke informiert über Allergie-auslösende Pflanzen und deren Blütezeiten. Sollte all dies nicht ausreichend helfen und die Symptome akut belastend sein, empfehlen sich kurzfristig kortisonhaltige Nasensprays oder antiallergische Tabletten.

Desloratadin und Levocetirizin – Weiterentwicklung alter Bekannter

Man hat festgestellt, dass das in der Leber aus Loratadin gebildete Desloratadin allergische Symptome noch besser dämpfen kann und auch noch weniger müde macht als das altbekannte Loratadin. Daher gibt es mittlerweile auch Präparate, die direkt Desloratadin als Wirkstoff enthalten.

Beim Levocetirizin verhält es sich ein wenig anders und doch ähnlich. Der Wirkstoff Cetirizin liegt als ein Gemisch aus R- oder Levo- und S-Cetirizin vor. In der Natur, insbesondere bei chemischen Verbindungen, sind solche „Paare“ – man kann sich das wie Bild und Spiegelbild vorstellen – häufig anzutreffen und nicht ungewöhnlich. Oft ist hierbei der eine Teil des Pärchens für den menschlichen Körper besser zu verwerten als der andere. So ist es auch beim Cetirizin-Pärchen. In den vergangenen Jahren hat sich gezeigt, dass Levocetirizin besser

gegen die allergischen Symptome wirkt und weniger müde macht als die Mischung aus R- und S-Cetirizin. Daher gibt es inzwischen auch hier Tabletten, die direkt Levocetirizin als Wirkstoff beinhalten.

Selbstmedikation sind Grenzen gesetzt

Tritt der Heuschnupfen zum ersten Mal auf oder kommt Reizhusten als Symptom hinzu, sollten Patienten dringend einen Arzt aufsuchen, damit aus einer Allergie kein Asthma wird. Ohne Behandlung entwickelt sich bei 40 Prozent der Betroffenen innerhalb von acht Jahren ein allergisches Asthma. Fragen Sie Ihre Apotheker*in vor Ort – Sie werden individuell informiert und beraten!

Der Landesapothekerkammer Hessen gehören rund 6.500 Apothekerinnen und Apotheker an. Der Heilberuf des Apothekers unterliegt einem gesetzlichen Auftrag. Zu den Aufgaben der Landesapothekerkammer gehören die Förderung der Fort- und Weiterbildung und die Überwachung der Einhaltung der Berufspflichten durch ihre Mitglieder. Die Landesapothekerkammer stellt ebenso eine flächendeckende Versorgung der Bevölkerung in ganz Hessen mit Medikamenten sicher.

Zeichen: 3482 Leerzeichen

Diese Pressemitteilung finden Sie auf www.apothekerkammer.de.
Folgen Sie uns auch auf [Twitter](https://twitter.com) oder besuchen Sie uns auf [Facebook](https://facebook.com).



Bild ([Download](#)): Heuschnupfen-Geplagte finden in der Apotheke vor Ort kompetente und niedrigschwellige Hilfe. (Foto: ABDA)

Pressekontakt der Landesapothekerkammer Hessen:

AzetPR

Susanne Pfeiffer

Wrangelstraße 111

20253 Hamburg

Telefon 040 / 41 32 70-31

pfeiffer@azetpr.com