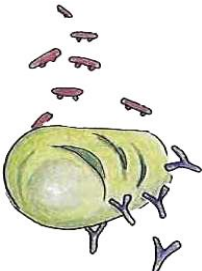
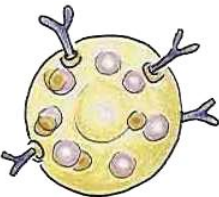
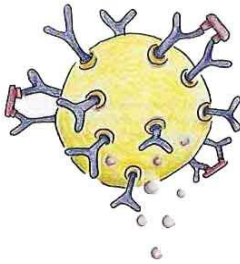
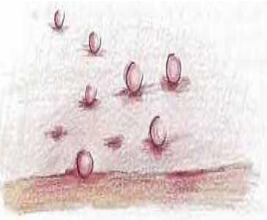


# Heuschnupfen

Im Frühjahr und Frühsommer, wenn Bäume, Sträucher und Gräser blühen, machen sich bei vielen Leuten die lästigen Symptome eines Heuschnupfens wieder bemerkbar. Dieses Informationsblatt zeigt Ihnen, wie eine Allergie entsteht und was Sie dagegen machen können, insbesondere mit Präparaten aus der Komplementärmedizin.

## WAS PASSIERT BEI EINER ALLERGIE IM KÖRPER?

Erstkontakt, Sensibilisierung	Vorbereitete Mastzellen	Zweitkontakt	Histaminausschüttung
			
<p>Allergene wie Gräser- oder Blütenpollen treffen über Schleimhäute auf die Körperzelle. Die Zelle bildet spezifische Antikörper aus.</p>	<p>Die Antikörper heften sich an die Oberfläche der Mastzelle (verantwortlich für die Ausschüttung von Histamin) und erwarten das erneute Eindringen der Allergene.</p>	<p>Allergene dringen erneut in den Körper ein und treffen dort auf die vorbereiteten Antikörper auf den Mastzellen.</p>	<p>Die Mastzellen schütten Histamin aus. Dieses Hormon setzt sich an bestimmten Stellen des Körpergewebes fest und löst die allergische Reaktion aus.</p>

<p><b>Juckreiz</b></p> <p><b>Schwellung und Rötung der Schleimhäute</b></p>		<p><b>Niesattacken</b></p> <p><b>Augentränen</b></p> <p><b>Atembeschwerden</b></p>
---	---	--

Abb. aus: Heel Broschüre "Heuschnupfen"

## BEHANDLUNGSPRINZIPIEN

### Kontakt vermeiden

Die erfolgreichste Behandlung besteht im Vermeiden des Kontakts mit den auslösenden Stoffen (Allergenen). Damit kommt es gar nicht erst zu einer allergischen Reaktion. Dies ist bei Nahrungsmittelallergien (z.B. Nuss-, Erdbeer- oder Fischallergie) relativ leicht zu bewerkstelligen. Grössere Probleme stellen sich bei "unsichtbaren" Allergenen, z.B. Blütenpollen mit ihrer verschwindend kleinen Grösse. Wenn Sie an Heuschnupfen leiden, versuchen Sie möglichst, sich von Sträuchern, Bäumen oder Wiesen fernzuhalten.

### Schulmedizin

**Desensibilisierung:** Verminderung der allergischen Reaktion durch Injektion kleiner Dosen des auslösenden Allergens. Behandlung mit ansteigender Dosis über mehrere Jahre.

**Symptomatisch:** Diese Präparate unterdrücken die Symptome wirkungsvoll. Setzen Sie diese bei sehr starken Reaktionen ein, wenn naturheilkundliche Präparate nicht mehr ausreichen. Schul- und Komplementärmedizin ergänzen sich oft gut.

## Komplementärmedizin

Die Komplementärmedizin versteht die Antwort des Körpers auf einen Auslöser als Bestreben, das innere Gleichgewicht wieder herzustellen. Komplementärmedizinische Präparate helfen, Ungleichgewichte im Körper zu beheben und seine Abwehr zu stärken. Bei vielen dieser Mittel wird die optimale Wirkung dann erzielt, wenn sie bereits 2 bis 3 Wochen vor der individuellen Pollensaison regelmässig eingenommen werden.

### PRÄPARATE UND IHRE EIGENSCHAFTEN

Sie finden hier eine Auswahl vorwiegend komplementärmedizinischer Heuschnupfenpräparate.

#### Vorbeugend – bereiten den Körper auf die bevorstehende Pollenbelastung vor

Phytomed Homöopathische Pollenmischungen C30 Globuli: Frühjahr, Frühsommer, Spätsommer	Mischung von saisonal typischen Pollen als homöopathische Potenzen zur Vorbereitung und Stärkung der Körperabwehr. Anwendung 4 Wochen vor Blütezeit, jeweils 1-2 Gaben pro Woche. Ein kurzfristiger Akuteinsatz ist ebenfalls möglich.
Boiron Pollen comp Globuli CH 15	Homöopathische Mischung der wichtigsten Frühlingspollen. Anwendung 2 Monate vor der Pollensaison 1 Dosis/Woche während 4 Wochen, letzte Dosis nach 1 Monat.
Schüssler Tabletten Nr. 23	Ab Oktober täglich 1 bis 3 Tabletten lutschen.
Omni-Biotic Stress Repair	Täglich den Inhalt von 1 Beutel in Wasser gelöst trinken, reguliert die Darmflora.
Pro-Symbioflor, Symbioflor 1 und 2	Fünfmonatige, mikrobiologische Kur zur Regulierung der körpereigenen Abwehrkräfte. Die Einnahme der Tropfen erfolgt nach vorgegebenem Schema.

#### Antiallergische Mittel aus der Komplementärmedizin

Bollwerk MFT Allergietropfen	Tinkurenmischung zum Einnehmen gegen Allergien. Zur Vorbeugung auf die Pollensaison und im akuten Stadium geeignet.
Bollwerk Spagyrische Heuschnupfen- und Allergiespray	Feinstoffliche Reize regen den Körper in seiner Autoregulation an. Zur Vorbereitung auf die Pollenbelastung sowie im akuten Stadium.
Phytomed Homöopathische Pollenmischungen C30 Globuli: Frühjahr, Früh-, Spätsommer	Mischung von saisonal typischen Pollen als homöopathische Potenzen zur Vorbereitung und Stärkung der Körperabwehr. Anwendung 4 Wochen vor Blütezeit, jeweils 1-2 Gaben pro Woche. Ein kurzfristiger Akuteinsatz ist ebenfalls möglich.
Schüssler Tabletten Nr. 3 und Nr. 8	Tabletten zum Lutschen bei akuten Beschwerden wie Juckreiz und Brennen in den Augen und Atemwegen, bei fließender Nase und tränenden Augen. Nr. 8 auch als Salbe, 2 x täglich anwenden (Augenregion, Nase).
Schüssler Tabletten Nr. 7	Bei krampfartigem Niesen.
Gemmotherapie Mundspray	<u>Johannisbeere</u> : entzündungshemmend bei Allergien, rasche Wirkung <u>Rotbuche</u> : antiallergisch, Steigerung der Harnausscheidung <u>Weissbuche</u> : wirkt auf die Schleimhäute der oberen Luftwege <u>Wolliger Schneeball</u> : krampflösend, antihistaminische Wirkung
MFT Euphrasia Urtinktur	Tropfen zum Einnehmen bei Juckreiz und Brennen in den Augen.
MFT Sambucus nigra Urtinktur	Tropfen zum Einnehmen bei entzündeten Atemwegen, verstopfter Nase.
Ceres Urtica-Sambucus comp.	Homöopathische Kombinationstropfen zur Behandlung von Allergien, gute vorbeugende Wirkung.
Ceres Mercurialis D6 / D12	Tropfen zur Einnahme als Akutmittel bei Juckreiz und Brennen in den Augen und Atemwegen.
Luffa-Lobelia comp. Heel Tabletten	Homöopathische Tabletten bei allergischen Erkrankungen, Heuschnupfen, v.a. bei Reaktion der Atemwege. 3 mal täglich 1 Tablette. Bei akuten Beschwerden alle 15 Minuten 1 Tablette während 2 Stunden.
Spenglersan Staphylococcus aureus comp. Spray	2 bis 3 Wochen vor Beginn des Pollenfluges sollten jeden zweiten Tag 2 Pumpstösse als Prophylaxe verabreicht werden. Ab Beginn des Pollenfluges 5 mal täglich 2 Pumpstösse in jede Nasenöffnung sprühen. ! Diese Therapie ohne Unterbruch über die gesamte Heuschnupfensaison durchführen. <b>Bei sehr starken Beschwerden kann zusätzlich Spenglersan Virus influenzae A comp. Nasenspray mit je 2 bis 3 mal täglich 2 Pumpstössen eingeschoben werden.</b>
Similasan Heuschnupfen	Nr. 1: akuter allergischer Schnupfen, Augenbrennen, geschwollene Schleimhäute Nr. 2: Heuschnupfen mit Atemschwierigkeiten Nr. 3: Gräserpollenallergie mit Augenbindehautreizung, Tränenfluss, Niesreiz

## Antihistaminika – Behandlung ausgeprägter Reaktionen während der Pollensaison

Ceteco Sandoz, Lora Mepha, Telfastin Allergo Tabletten	Langwirksame Antiallergika der neueren Generation, die seltener müde machen.
Feniallerg Tropfen	Rezeptfrei erhältlich für Kinder ab 2 Jahren. Als Nebenwirkung tritt Müdigkeit häufig auf.

## AUGENTROPFEN – vorbeugend und im akuten Fall

Similasan allergisch reagierende Augen	Homöopathische Augentropfen zur Behandlung allergischer Augenreaktionen.
Weleda Citrus D3/ Cydonia D3	Anthroposophische Augentropfen.
Triofan Heuschnupfen	Gerötete, entzündete Augen, allergische Bindehautentzündung.
Cromo Ophta Monodosen, Allergo Comod	Vorbeugend gegen allergische Augenreaktionen. Behandlung 2-4 Wochen vor der Pollensaison beginnen, regelmässig anwenden, auch wenn keine Symptome auftreten.
Livostin	Antiallergische Behandlung akuter Augenentzündungen mit ausgeprägten Symptomen.

## NASE – Die Nasenschleimhaut als Eintrittspforte und Hauptort der allergischen Reaktion

Gencydo Nasenspray 1% Weleda	Anthroposophischer Nasenspray zur Abschwellung der Nasenschleimhäute.
Spenglersan Staphylococcus comp. Spray	2 – 3 Wochen vor Beginn des Pollenfluges sollten jeden zweiten Tag 2 Pumpstösse als Prophylaxe verabreicht werden. Ab Beginn des Pollenfluges 5 x täglich 2 Pumpstösse in jede Nasenöffnung sprühen. ! Diese Therapie ohne Unterbruch über die gesamte Heuschnupfensaison durchführen. <b>Bei sehr starken Beschwerden kann zusätzlich Spenglersan Virus influenzae A comp. Nasenspray mit je 2 bis 3 x täglich 2 Pumpstössen eingeschoben werden.</b>
Euphorbium comp. S Nasenspray	Erleichterung der Nasenatmung bei Heuschnupfen.
Luffa compositum Heel Nasenspray	Homöopathischer Nasenspray, wirkt vor allem auf Schleimhäute.
Similasan Schnupfenglobuli/-spray	Homöopathische Präparate zur Behandlung der gereizten und triefenden Nase.
Triofan Heuschnupfen Nasenspray	Allergischer Schnupfen.
Livostin Nasenspray	Antiallergische Behandlung der gereizten und triefenden Nase.
Triofan Nasenspray	Abschwellende Behandlung der gereizten und triefenden Nase, kein Dauergebrauch!

## UNTERSTÜTZENDE MASSNAHMEN

Coralcare Calcium 1000mg Kapseln oder Pulver	Calcium kann die allergische Reaktion abschwächen. Vorbeugend oder während der Pollenbelastung einnehmen, z.B. täglich 2 Kapseln Coralcare Calcium.
Otrivin Natural Nasenspülung Simalaya Nasendusche Triomer Lösung, Naaprep Nasentropfen	Nase und Augen regelmässig mit einer physiologischen Kochsalzlösung spülen.
Prevalin Allergy Spray	Schützt die Nasenschleimhaut vor der Anhaftung von Pollen.

- ▶ Eine feuchte Nasenschleimhaut schafft eine Barriere für die Pollen und lindert Entzündungen. Wir empfehlen Ihnen gerne ein entsprechendes Präparat. Trinken Sie zudem viel.
- ▶ Aktivitäten im Freien vermeiden. Fenster geschlossen halten.
- ▶ Tragen Sie im Freien eine Brille.
- ▶ Waschen Sie abends die Haare, um anhaftende Pollen zu entfernen.
- ▶ Bewahren Sie die getragenen Kleider ausserhalb Ihres Schlafzimmers auf.
- ▶ Trocknen Sie die Wäsche drinnen.

Bollwerk Apotheke AG, Bollwerk 15, 3011 Bern

Für Ihre natürliche Gesundheit