



## **Wenn Heuschnupfen „ins Auge geht“**

### **DOG: Vorbeugen verhindert das Schlimmste**

**München, April 2015 – Etwa 15 Prozent der Deutschen leiden an Heuschnupfen. Neben einer laufenden Nase und Atemwegsproblemen leiden viele auch unter juckenden und tränenden Augen oder sogar einer allergischen Bindehautentzündung. Medikamente bieten schnelle Linderung bei akuten Heuschnupfenbeschwerden. Diese helfen am besten, wenn Betroffene sie frühzeitig und regelmäßig einnehmen, so der Rat der Deutschen Ophthalmologischen Gesellschaft (DOG). Darüber hinaus sollten Allergiker den Kontakt mit Pollen weitestgehend meiden. Dabei helfen einfache Tipps.**

Wenn Gräser, Hasel und Birke blühen, verteilen sie ihren Pollen als feinen Staub in die Luft. Im Gegensatz zur Nase verfügt das Auge nicht über eine schützende Schleimhaut, so dass der Blütenpollen direkt auf die Bindehaut des Auges trifft. Dort kann er leichte Reizungen bis hin zu einer allergischen Bindehautentzündung verursachen: Die Augen röten sich, jucken, brennen und tränen stark, obwohl sie sich gleichzeitig trocken anfühlen. „Viele Allergiker leiden während der Pollensaison stärker unter den brennenden Augen als unter der laufenden Nase und trauen sich deswegen kaum ins Freie“, sagt DOG-Pressesprecher Professor Dr. med. Christian Ohrloff aus Frankfurt. Es gebe jedoch durchaus Medikamente, die die Beschwerden mildern, oder sogar ganz verhindern. Wichtig sei aber, diese Mittel frühzeitig und regelmäßig einzunehmen, möglichst schon ein paar Wochen, bevor der Pollenflug beginnt.

Heuschnupfen ist eine Überreaktion des Immunsystems auf Blütenstaub. Um den Pollen abzuwehren schütten Immunzellen den Botenstoff Histamin aus, der die Entzündungen an Augen und Nase hervorruft. Bestimmte Medikamente, die sogenannten Antihistaminika, verhindern,

#### **Pressestelle**

Anna Julia Voormann  
Postfach 30 11 20  
70451 Stuttgart  
Telefon: 0711 8931-552  
Telefax: 0711 8931-167  
voormann@medizinkommunikation.org

#### **Pressesprecher**

Prof. Dr. med. Christian Ohrloff  
Platenstraße 1  
80336 München



dass der Histaminspiegel zu hoch ansteigt. Rechtzeitig eingenommen, können sie die allergische Reaktion weitestgehend verhindern.

Viele Antihistaminika gibt es rezeptfrei als Tabletten, Augentropfen oder Nasenspray. Neue Präparate haben kaum Nebenwirkungen und machen auch nicht müde, wie die älteren Wirkstoffe Dimetinden oder Clemastin. Dennoch könne es zu einer Einschränkung des Reaktionsvermögens kommen, so Geerling: „Betroffene sollten immer mit ihrem Arzt besprechen, welche Mittel für sie am besten geeignet sind, anstatt auf eigene Faust in die Apotheke zu gehen“, sagt Professor Dr. med. Gerd Geerling von der Augenklinik des Universitätsklinikums Düsseldorf.

Am wirksamsten aber auch sehr schwierig sei es, den Kontakt mit Pollen zu meiden. Dazu zählt auch, die Wohnung und vor allem das Schlafzimmer frei davon zu halten. Dabei helfen einfache Ratschläge: Morgens und abends Stoßlüften und ansonsten Fenster geschlossen halten, tägliches Staubsaugen, Kleidung nicht im Schlafzimmer lüften. Auf Kontaktlinsen sollten Allergiker während der Blühphase verzichten. Eine eng anliegende Sonnenbrille schützt zusätzlich davor, dass Pollen in die Augen gelangt. „Auch wenn es schwer fällt, sollten Betroffene die Augen nicht reiben“, rät Geerling für den Fall, dass trotz aller Vorsicht die Augen zu jucken beginnen. „Dadurch verteilt sich Blütenstaub nur noch weiter in die Augen hinein.“ Besser sei es, die Augen vorsichtig mit einem Waschlappen sauber zu tupfen. Zusätzlich können Augentropfen helfen die Augen zu beruhigen und feucht zu halten. Diese sollten jedoch frei von Konservierungsmitteln sein. geschwollene Lidern lassen sich durch kühle Kompressen beruhigen.

**Literatur:**

K. Schröder, D. Finis, S. Meller, B. A. Buhren, M. Wagenmann, G. Geerling; **Die saisonale und perenniale allergische Rhinokonjunktivitis**; Klin Monatsbl Augenheilkd 2014; 231: 496-504

**DOG: Forschung – Lehre – Krankenversorgung**

*Die DOG ist die medizinisch-wissenschaftliche Fachgesellschaft für Augenheilkunde in Deutschland. Sie vereint unter ihrem Dach mehr als 6500 Ärzte und Wissenschaftler, die augenheilkundlich forschen, lehren und behandeln. Wesentliches Anliegen der DOG ist es, die Forschung in der*

**Pressestelle**

Anna Julia Voormann  
Postfach 30 11 20  
70451 Stuttgart  
Telefon: 0711 8931-552  
Telefax: 0711 8931-167  
voormann@medizinkommunikation.org

**Pressesprecher**

Prof. Dr. med. Christian Ohrloff  
Platenstraße 1  
80336 München



**DOG**  
Deutsche Ophthalmologische  
Gesellschaft

Gesellschaft  
für Augenheilkunde

*Augenheilkunde zu fördern: Sie unterstützt wissenschaftliche Projekte und Studien, veranstaltet Kongresse und gibt wissenschaftliche Fachzeitschriften heraus. Darüber hinaus setzt sich die DOG für den wissenschaftlichen Nachwuchs in der Augenheilkunde ein, indem sie zum Beispiel Stipendien vor allem für junge Forscher vergibt. Gegründet im Jahr 1857 in Heidelberg ist die DOG die älteste medizinisch-wissenschaftliche Fachgesellschaft der Welt.*

**Pressestelle**

Anna Julia Voormann  
Postfach 30 11 20  
70451 Stuttgart  
Telefon: 0711 8931-552  
Telefax: 0711 8931-167  
voormann@medizinkommunikation.org

**Pressesprecher**

Prof. Dr. med. Christian Ohrloff  
Platenstraße 1  
80336 München

**[www.dog.org](http://www.dog.org)**