

## Pollenallergie

### Der Frühling kommt – der Heuschnupfen auch

Fließschnupfen, gerötete Augen sowie Juckreiz an Nase und Augen, das sind typische Symptome einer allergischen Rhinokonjunktivitis. Viele Betroffene wenden sich mit ihren Symptomen direkt an die Apotheke. Dort erwarten Sie neben der Empfehlung eines wirksamen und gut verträglichen Arzneimittels zusätzliche Tipps, wie sich die unangenehmen Beschwerden vermeiden lassen.

Kommen Menschen mit Heuschnupfen mit „ihren“ Pollen in Kontakt, treten die charakteristischen Beschwerden auf, die besonders oft Nase und Augen betreffen: häufiges Niesen, laufende Nase, starker Juckreiz sowie juckende, gerötete und tränende Augen. Oft sind Nasenschleimhaut und Augenlider angeschwollen. Die Symptome können nachts den Schlaf erheblich stören, was zu Müdigkeit am Tag, Konzentrationsschwäche und einem Abfall der Leistungsfähigkeit führen kann.

#### Mastzellen schütten Histamin aus

Hintergrund der Symptome ist die IgE-vermittelte Ausschüttung von Histamin aus den Mastzellen. Da in der Nasenschleimhaut sowie der Bindehaut besonders viele Mastzellen vorhanden sind, sind Nase und Augen häufig betroffen.

Die wirkungsvollste Option bei einer Allergie ist immer die Allergenkarrenz. Doch dies ist bei einer Pollenallergie im Alltag unrealistisch. Einzige derzeit verfügbare kausale Therapie ist eine Hypo-sensibilisierung. Sie wird bei Pollenallergie erfolgreich eingesetzt, doch erfordert sie Geduld, da die Behandlung mindestens drei Jahre dauert. Im Vordergrund

der Therapie einer Allergie stehen daher symptomatisch wirksame Medikamente.

#### Selbstmedikation bei allergischer Konjunktivitis

Kunden, die in der Apotheke vor allem über allergische Beschwerden am Auge berichten, können Sie Antihistaminika und Mastzellstabilisatoren empfehlen. Diese stehen jeweils zur lokalen und systemischen Therapie zur Verfügung. Orale Antihistaminika sind sinnvoll, wenn die Symptome sich bereits auf die Bronchien ausweiten. Bekannte Nebenwirkung ist eine Sedierung, außerdem setzt der Effekt oft erst mit einiger Verzögerung ein. Eine gute Alternative ist die lokale Antihistaminika-Therapie z. B. mit Azelastin, Ketotifen oder Levocabastin, da sie direkt am betroffenen Organ wirken und daher kaum unerwünschte Nebenwirkungen im Körper auslösen. Bei Anwendung als Augentropfen setzt der Effekt von Ketotifen bereits nach drei Minuten ein und hält bis zu zwölf Stunden an. Der Wirkstoff hat darüber hinaus neben der Mastzellenstabilisierung und der Blockade der Histamin-Anbindungsstelle, einen antiinflammatorischen Effekt (Kidd M et al., 2003). Augentropfen mit Ketotifen können bereits bei Kindern ab drei Jahren und in der Stillzeit angewendet werden.

Bei der Empfehlung von Augentropfen, aber auch bei Nasensprays sollten bei Menschen mit einer bekannten Allergie immer konservierungsmittelfreie Optionen bevorzugt werden, da der Körper auch auf Konservierungsmittel allergisch reagieren kann. Außerdem werden weitere Irritationen der Schleimhäute vermieden.

#### Praktische Tipps bei Pollenallergie

- Über aktuellen Pollenflug informieren, z. B. unter [www.pollenflug.de](http://www.pollenflug.de)
- Pollenfilter in die Lüftungsanlage des Autos einbauen lassen
- Nach Aufenthalt im Freien Kleidung wechseln und vor dem Schlafen gehen die Haare waschen

## ZADITEN® OPHTHA SINE

### Antiallergische Augentropfen



wirken schnell

in 3 Minuten



langanhaltend

für 12 Stunden



unkonserviert

als Einmal-Dosis



Das Original mit Ketotifen –  
auch für Stillende und Kinder ab 3 Jahren.

#### ZADITEN® OPHTHA\* und ZADITEN® OPHTHA SINE\*

Zaditen® ophtha (sine) 0,25 mg/ml Augentropfen. Wirkstoff: Ketotifenfumarat. Zusammensetzung: 1 ml Lösung enthält 0,345 mg Ketotifenfumarat (entsprechend 0,25 mg Ketotifen). Sonstige Bestandteile: Zaditen® ophtha: Benzalkoniumchlorid, Glycerol (E422), Natriumhydroxid (E524), Wasser. Zaditen® ophtha sine: Glycerol (E422), Natriumhydroxid (E524), Wasser. Anwendungsgebiete: Symptomatische Behandlung einer jahreszeitlich bedingten allergischen Konjunktivitis (bei Kindern ab 3 Jahren und Erwachsenen). Gegenanzeigen: Überempfindlichkeit gegen den Wirkstoff oder einen der sonstigen Bestandteile. Nebenwirkungen: Häufig (>1/100): Augenirritationen, Augenschmerzen, Keratitis punctata, punktuelle Erosion des Hornhautepithels. Gelegentlich (>1/1.000): Überempfindlichkeitsreaktionen, Kopfschmerzen, Verschwommensehen (während der Applikation), trockenes Auge, Augenlidirritationen, Konjunktivitis, Lichtempfindlichkeit, Einblutungen in/unter der Bindehaut, Mundtrockenheit, Ausschlag, Ekzeme, Urtikaria, Somnolenz. Häufigkeit nicht bekannt: Überempfindlichkeitsreaktionen einschließlich lokaler allergischer Reaktionen (meist Kontaktdermatitis, geschwollene Augen, Pruritus des Augenlids und Ödeme), systemische allergische Reaktionen einschließlich Gesichtsschwellungen/-ödeme (in manchen Fällen in Verbindung mit Kontaktdermatitis), Verschlimmerung von vorher bestehenden allergischen Zuständen wie Asthma und Ekzeme. Apothekenpflichtig. \*Fine eingetragene Marke der Novartis Pharma GmbH; Théa Pharma GmbH, Schillerstr. 3, 10625 Berlin. Stand Januar 2015