

Nach einem Bericht der *Weltallergieorganisation* (World Allergy Organisation, WAO) von 2006 ist die Gesamtheit aller allergischen Erkrankungen die Hauptursache für chronische Krankheiten in den Industrienationen und tritt immer häufiger auch in Entwicklungsländern auf. Die WAO schätzt, dass 30 bis 40% der Weltbevölkerung im Laufe des Lebens mindestens einmal an einem Allergiefall leiden, da genetische und Umweltfaktoren für die Entwicklung dieser Pathologie verantwortlich sind.

Eine allergische Reaktion oder Überempfindlichkeitsreaktion ist ein Prozess, bei dem ein Individuum eine Substanz als fremdartig erkennt – als sogenanntes Allergen, das für die meisten Menschen normalerweise unschädlich ist – welche bei ihm eine spezifische Überreaktion des Immunsystems bewirkt.

Die wichtigsten bekannten Allergene sind Pollen, Insekten, Staubmilben, Pilze, Reste aus Epithelzellen von Haustieren (Haare, Schuppen, Speichel, Urin oder Kot), einige Lebensmittel und Zusätze (Eier, Milch, Fisch, Meeresfrüchte, Früchte, Trockenfrüchte) und Medikamente.

Einige Allergien können in bestimmten Jahreszeiten auftreten, die sogenannten **Saisonallergien**. Die klinischen Ausprägungen bleiben während des ganzen Lebens bestehen, können sich jedoch in bestimmten Zeiten massiv verschlechtern – dann, wenn die Betroffenen der allergieauslösenden Substanz ausgesetzt sind.

Die **Saisonallergien** sind eher auf Allergene zurückzuführen, bei denen der Kontakt über die Luft zustande kommt und die eine allergische Reaktion der Atemwege auslösen (Bindehaut, Nase und Bronchien). Die Zeiten der größten Sensibilisierung sind konkret Anfangs des Frühjahrs durch den Pollenflug von Bäumen (z.B. Erle, Ulme, Weide, Pappel, Esche und Birke), die Periode von Mai bis Juli durch die Blüte der für unser Umfeld so wichtigen Gräser, sowie eine kurze Zeit im Herbst, in der vermehrt Pollen von Sträuchern auftreten.

Andere allergische Reaktionen sind eher auf ständig vorhandene Allergene zurückzuführen, die das ganze Jahr über allergische Symptome hervorrufen, sobald die Betroffenen mit der die Allergie auslösenden Substanz in Kontakt kommen. Dazu gehören u. a. Staubmilben, Haustiere, Allergene im beruflichen Umfeld (z.B. Färbemittel, Gummi, Konservierungsmittel, Duftstoffe, Mehle, bestimmte Holzarten, Latex), Lebensmittel und Zusätze sowie bestimmte Medikamente. Diese lösen häufig sowohl Atemwegsallergien als auch klinische Manifestationen auf der Haut aus, besonders durch den Kontakt mit bestimmten Erregern.

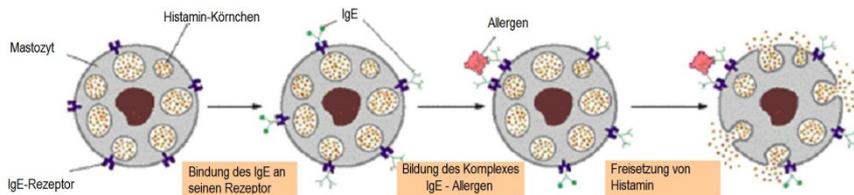
Nach der Quelle der Exposition lassen sich drei Kategorien differenzieren: Allergene, die eingeatmet werden, Allergene, die über einen Hautkontakt wirken und Allergene, die über eine direkte Einnahme bzw. Inokulation einer Substanz wirken.

QUELLE DER EXPOSITION	ALLERGISCHE ERKRANKUNG	SYMPTOME
EINATMEN	ALLERGISCHE RHINITIS	Juckreiz in der Nase, Niesreiz, wässriger Schleim und Verstopfung der Nase.
	ALLERGISCHE KONJUNKTIVITIS (Bindehautentzündung)	Juckreiz der Augen, konjunktivale Hyperämie (Augenrötungen), Tränenfluss, wässrige oder fibrinöse Sekretion, Fotophobie.
	ALLERGISCHE ASTHMA	Dyspnoe (erschwerterte Atmung durch Blutgefäßverengung in der glatten Bronchialmuskulatur), Husten, pfeifende Atemgeräusche, zähflüssiger Schleim in den Bronchien, Engegefühl im Brustkorb.
KONTAKT	URTICARIA (Nesselausschlag)	Juckreiz, rötliche Quaddeln auf der Haut, Erythem (Hautrötung) und Angioödem („Quincke-Ödem“).
	KONTAKTDERMATITIS	Erythem (Rötung der betroffenen Stellen), Juckreiz und Ödem. Auftreten von exsudativen (lymphabsondernden) Bläschen.
	ATOPISCHE DERMATITIS	Kontinuierlicher, starker Juckreiz. Trockene, rissige Haut und verletzte Bereiche mit Krustenbildung. Rötungen, Xerose und Hautabschürfungen.
EINNAHME / INOKULATION	RHINOKONJUNKTIVITIS (Heuschnupfen)	Juckreiz in der Nase, Niesreiz, wässriger Schleim und Verstopfung der Nase und Konjunktivitis (Bindehautentzündung).
	URTICARIA (Nesselausschlag)	Juckreiz, rötliche Quaddeln auf der Haut, Erythem (Hautrötung) und Angioödem („Quincke-Ödem“).
	ASTHMA BRONCHIALE	Dyspnoe (erschwerterte Atmung durch Blutgefäßverengung in der glatten Bronchialmuskulatur), Husten, pfeifende Atemgeräusche, zähflüssiger Schleim in den Bronchien, Engegefühl im Brustkorb.
	ANAPHYLAXIE	Allergische Reaktion mit unterschiedlichem Schweregrad. Allgemeiner Juckreiz, Unwohlsein, verstopfte Nase und/oder urtikarielle Verletzungen und Angioödem („Quincke-Ödem“). In schwereren Fällen Schluckbeschwerden, Herzjagen, erschwerte Atmung und Kurzatmigkeit, Bauchschmerzen, Hypotonie.

## WIE ENTSTeht EINE ALLERGISCHE REAKTION?

Die Saisonalergie oder akute Allergie ist eine Überempfindlichkeitsreaktion, die auftritt, wenn eine für das Allergen sensibilisierte Person damit in Kontakt gerät. Eine der häufigsten Arten der Überempfindlichkeit, die zu einer allergischen Reaktion führt, ist die uns bekannte unmittelbare Überempfindlichkeit. Es handelt

sich dabei um den Mechanismus einer Immunreaktion, bei dem ein Typ von Antikörpern beteiligt ist, die als Immunglobuline E (IgE) bezeichnet werden. Diese Antikörper entstehen als Reaktion auf die Exposition mit dem betreffenden Allergen. Die Antikörper IgE spielen zusammen mit bestimmten Zellen des Immunsystems, den Mastozyten und basophilen Granulozyten, für die Erkennung des Allergens eine Rolle und verbinden sich mit ihm. Auf diese Weise setzen die Mastozyten und basophilen Granulozyten Substanzen frei, wie etwa **Histamin** und andere Entzündungsmediatoren (Leukotriene, Prostaglandine), welche die charakteristischen Symptome der allergischen Reaktion bei den Zielorganen (Bronchien, Nase, Augen, Haut) auslösen. Die allergische Reaktion entwickelt sich nicht gleich bei der ersten Exposition mit dem betreffenden Allergen, sondern es wird ein stiller Prozess in Gang gesetzt, den man als **Sensibilisierung** bezeichnet. Die Antikörper können sich erst nach einer oder mehreren Expositionen mit dem Allergen entwickeln. Bei den sensibilisierten Patienten ermöglicht die Generierung von IgE dem Organismus beim nächsten Kontakt mit dem Allergen, schnell darauf reagieren zu können und löst die für die allergische Reaktion typischen Symptome aus.



**NAHANI**  
EMPFIEHLT IHNEN



### Schwarzkümmelöl (*Nigella sativa*) – 60 Weichkapseln

Die entzündungshemmende Wirkung des Öls aus Schwarzkümmelsamen ist durch verschiedene Studien mit Patienten belegt, die unter allergischer Rhinitis leiden. Lindert die typischen Symptome der Rhinitis, wie verstopfte Nase, Juckreiz, Rhinorrhoe (laufende Nase) oder Niesreiz. Wirkt außerdem antihistaminisch und bei asthmatischen Patienten bronchierweiternd.

**Täglich 3-4 Weichkapseln zwischen den Mahlzeiten**

### Quercetin Bioflavonoidkomplex – 90 Kapseln

Hochwirksame Formulierung zur Verbesserung von allergischen Prozessen. Quercetin ist ein Flavonoid, das durch eine Reduzierung der Freisetzung von Histamin die Membranen der Mastozyten stabilisiert. Es hemmt außerdem die Produktion von Enzymen, die an der Synthese von anderen Entzündungsmediatoren beteiligt sind, wie etwa Leukotriene und Prostaglandine, die für die allergische Erkrankung eine Rolle spielen. Der im Produkt enthaltene Komplex aus **Bioflavonoiden** und **Rutin** wirkt bei der Behandlung der Allergie und der Entzündungen synergetisch zusammen. Die Formulierung beinhaltet **Bromelain**, das neben seiner Linderung von Ödemen und Entzündungen, die mit einer allergischen Rhinitis einhergehen, auch die Bioverfügbarkeit und Wirksamkeit des Quercetins verbessert. **Täglich 1-2 Kapseln zwischen den Mahlzeiten**

### Quercetin98 – 90 Kapseln

Quercetin 98% stand. Extrakt mit belegten Vorteilen in der Pathologie von Allergien. Dieses Flavonoid kann in der Allergiesaison durchgehend zur Vorbeugung angewendet werden oder, bei Personen mit Dauerallergien, über das ganze Jahr hinweg. **Täglich 1 Kapsel zwischen den Mahlzeiten**

### Bromelain2.400 – 90 Kapseln

Wirkt schleimlösend bei Atemwegserkrankungen und lindert außerdem die mit einer allergischen Rhinitis einhergehenden Ödeme und Entzündungen. **Täglich 2-3 Kapseln zwischen den Mahlzeiten**

### AcidophilusUltra – 60/120 Kapseln - 45 g

Zahlreiche Studien belegen die positiven Wirkungen von Probiotika bei auf Lebensmittelunverträglichkeiten zurückzuführenden Allergien und bei Neurodermitis (atopisches Ekzem). Man hat festgestellt, dass die Darm-Mikrobiota bei allergischen Patienten im Vergleich zur gesunden Darmflora Unterschiede aufweist. Der allergiehemmende Mechanismus lässt sich durch ihre Barrierewirkung auf die Darmschleimhaut erklären, die ein Passieren der Allergene dieser Barriere erschwert und damit eine Exposition verhindert. Sie erhöhen außerdem die Produktion von Immunglobulinen A (IgA), die zur Eliminierung der Lebensmittelallergene an der Darmschleimhaut beitragen.

**Kapseln: Täglich 1-2 Kapseln. Pulver: Täglich ¼ Teelöffel mit einer Mahlzeit**

### RetardC - Vitamin C mit Langzeitwirkung – 60 Tabletten

Beugt einer Sekretion von Histamin vor und steigert seine Entgiftung. Bei Patienten mit niedrigen Vitamin C-Spiegeln wurden hohe Histamin-Konzentrationen gemessen. Wirkt außerdem positiv bei Asthma, da es die Symptome bei den Atemwegen lindert. In unserer Formulierung wurde das Vitamin C mit Zitrus-**Bioflavonoiden** kombiniert, da dies die Wirkung von Vitamin C verstärkt. **Täglich 2 Tabletten**