

Allergien: Volkskrankheit mit Rätself

TRÄNENDE AUGEN, Niesattacken, Juckreiz und Durchfälle – Allergien plagen uns mit vielen Beschwerden. Das geht zulasten der Lebensqualität und der Leistungsfähigkeit. Etwa jeder vierte Deutsche reagiert auf irgendetwas allergisch. Die Tendenz ist steigend. In Europa sind Allergien bereits die häufigste chronische Krankheit. Ihre Verursacher sind immer noch unklar und die Therapiemöglichkeiten dadurch begrenzt: eine Herausforderung für die Forschung.

Wer allergisch reagiert, wehrt sich gegen etwas. Bei einer Allergie sind es eigentlich harmlose Stoffe, die der Körper versucht abzuwehren – die sogenannten Allergene. Das

Überreaktion des Immunsystems auf an und für sich harmlose Substanzen

können natürliche Stoffe sein wie Blütenpollen, Hausstaubmilben, Sonnenstrahlen, Tierhaare und Insektenstiche, aber auch künstliche wie Medikamente, Kosmetika, Schmuck und vieles mehr. Über 20 000 Substanzen sind bisher dafür bekannt, dass sie Allergikern das Leben schwer machen. Sie werden eingeatmet, gegessen oder über die Haut aufgenommen. Das Immunsystem betrachtet diese »Eindringlinge« als gefährlich und versucht sie zu bekämpfen. Das Ergebnis sind Entzündungsprozesse, die zu zahlreichen Beschwerden führen können. So macht das eigene Immunsystem den Körper krank.

Rasant steigende Zahlen

Während Allergien vor etwa 60 Jahren noch die Ausnahme waren, sind sie heute schon die Regel. Ohne dass die Ursachen geklärt sind, steigt die Zahl der Allergiker laut dem *Weißbuch Allergien in Deutschland* in den letzten Jahrzehnten rapide an. 20 bis 30 Millionen Menschen haben inzwischen in Deutschland mit Allergien zu kämpfen. Oft werden sie im Krankheitsverlauf chronisch. Etwa jeder Vierte leidet an Heuschnupfen und jeder Zehnte an Neurodermitis. Dabei sind Allergien keine Altersfrage, immer mehr ältere Menschen entwickeln allergische Erkrankungen und auch bei Kindern und Jugendlichen nehmen sie zu. So

erkranken 18% bis zum 18. Lebensjahr an Allergien – allein die Hälfte an Heuschnupfen. Unter Asthma leidet etwa jedes zehnte Kind und 5% der Erwachsenen. An den Folgen der Atemwegserkrankung sterben in Deutschland jährlich etwa 2700 Menschen – so die Angaben der Deutschen Gesellschaft für Allergologie und klinische Immunologie (DGAKI) im Atlas *Allergieforschung in Deutschland*. Die stärkste allergische Reaktion ist mit dem Versagen des Herz-Kreislauf-Systems der anaphylaktische Schock. Ausgelöst wird er beispielsweise durch eine Insektengift-, Medikamente- oder Erdnussallergie. Damit Betroffene in so einem Notfall wissen, was zu tun

ist, haben Experten das Schulungsprogramm AGATE (Arbeitsgemeinschaft Anaphylaxie Training und Education) entwickelt.

Es wird bundesweit in verschiedenen Schulungszentren angeboten, die im Internet unter www.aktionsplan-allergien.de zu finden sind.

Allergien: Nummer Eins der chronischen Erkrankungen in Europa

Ausbildungen und Berufe leiden

Wie stark eine Allergie ausgeprägt ist variiert von Patient zu Patient. In jedem Fall sinkt die Lebensqualität der Betroffenen und ihrer Angehörigen. Und auch ihre Leistungsfähigkeit leidet: Im Jahr 2010 gingen laut des Wissenschaftlichen Instituts der AOK (WIDO) fast 1,2 Millionen Arbeitsunfähigkeitstage von 10,1 Millionen erwerbstätigen AOK-Versicherten auf das Konto allergischer Erkrankungen. Hauptursache dafür war Asthma bronchiale. Etwa 30 000 Jugendliche sind dem Atlas *Allergieforschung in Deutschland* zufolge pro Jahr gezwungen, ihre Ausbildung wegen Allergien abzubrechen. Experten plädieren deshalb dafür, dass das Thema auch im Schulunterricht berücksichtigt wird. Damit sollen Jugendliche, die zu Allergien neigen, vor der Jobwahl besser aufgeklärt werden. Das gilt speziell für Bereiche, in denen berufsbedingte Allergien vertreten sind, wie Bäcker, Gärtner und Friseure.

Den »Übeltätern« auf der Spur

Was Allergien ursprünglich verursacht, ist immer noch unklar. Klar ist aber, dass besonders Industrieländer betroffen sind. Vermutet wird, dass Umwelteinflüsse sowie



veränderte Lebens- und Ernährungsgewohnheiten daran schuld sind. Dabei gehen Experten von der sogenannten Hygienehypothese aus. Demnach wird das Immunsystem in frühen Jahren zu wenig trainiert und unterscheidet deshalb weniger zwischen harmlosen und gefährlichen »Eindringlingen«. Ähnliches besagt die Infektionshypothese. Immunsysteme, die schon früh gegen echte Keime kämpfen, reagieren demnach weniger auf Allergene. So zeigen Kinder, deren Eltern es mit der Hygiene nicht übertreiben, weniger Allergien. Ebenso wie Kinder, die schon früh eine Krippe besuchen oder auf dem Bauernhof groß werden (siehe auch »Allergiefrei durch Leben auf dem Bauernhof«, S. 9–10). Darüber hinaus wird ein überempfindliches

Ziele der Zukunft

In vielen Fällen können die Symptome allerdings nur gelindert werden, eine Heilung ist noch nicht möglich. Dazu gibt das Thema Allergien noch zu viele Rätsel auf, die die Forschung beschäftigt. Zu den zentralen Herausforderungen gehöre es zunächst, die Versorgung zu verbessern, meint Prof. Ludger Klimek. Er ist Kongresspräsident des 6. Allergiekongresses, bei dem sich Mitte September Experten mit diesen und vielen weiteren Fragen auseinandergesetzt haben.

Ursachen unbekannt: verschiedene Hypothesen werden diskutiert

Immunsystem vererbt. Haben beide Elternteile Allergien, steigt das Allergie-Risiko für das Kind. Ob jemand dazu neigt (Atopie) oder bereits Allergien hat, kann

nur ein Arzt mit Haut-, Blut- oder Provokationstests feststellen. Wie getestet wird, hängt von der vermuteten Allergie ab. Oft ist es aber gar nicht so einfach, das Allergen zu finden. Zum Beispiel kommt man den Auslösern von Nahrungsmittelallergien häufig erst durch ein penibel geführtes Ernährungstagebuch auf die Spur. So kann es Monate dauern, bis der »Übeltäter« gefunden wird.

Therapie mit Chancen

Ist klar, was die Auslöser sind, gehört es zu den ersten Therapieschritten, sie zu meiden. Infrage kommen auch verschiedene Medikamente, um die Beschwerden zu kontrollieren. Meist gehen die Arzneien allerdings mit Nebenwirkungen einher und viele dieser sogenannten Antihistaminika müssen Betroffene seit 2005 selbst zahlen. Auch begrenzt wurden die Mittel für eine spezifische Immuntherapie, auch Hypo- oder Desensibilisierung genannt. Sie kann bei Allergien auf Pollen, Schimmelpilze, Milben und Insektengift helfen. Dabei wird das Allergen in verdünnter Form gespritzt oder als Tropfen oder Lutschtabletten aufgenommen, um die Empfindlichkeit gegenüber dem Auslöser zu reduzieren. Erfolge zeigen sich vor allem bei der gefährlichen Insektengiftallergie: Einige Patienten verbringen nach der Immuntherapie ihr Leben beschwerdefrei.

Schlechtere Schulnoten durch Heuschnupfen

Allergiker sind während der Heuschnupfen-Zeit im Alltag teilweise stark beeinträchtigt. Eine Studie mit Schülern in Großbritannien hat gezeigt, dass sich die Einschränkungen durch die Allergie im Frühjahr auf die Prüfungsergebnisse der Jugendlichen auswirken. 1834 Schüler zwischen 15 und 17 Jahren wurden dabei in Gruppen nach ihren Schulnoten eingeteilt. In diesen Gruppen zeigte sich, dass Schüler, die im Vergleich zum vorangegangenen Semester schlechter abschnitten, signifikant häufiger unter Heuschnupfen litten als ihre Schulkameraden. Die betroffenen Schüler hatten ein um 40% erhöhtes Risiko, schlechtere Schulleistungen zu erreichen als im Semester davor.



Laut Klimek sind zu viele Patienten unzureichend versorgt, denn »einer wachsenden Zahl von Allergikern stehen zu stark begrenzte Mittel gegenüber«. Darüber hinaus gebe es zu wenige Ärzte mit einer allergologischen Ausbildung. Auch hier würden Anreize fehlen. Im Jahr 2010 gab es laut Kassenärztlicher Bundesvereinigung rund 7500 Ärzte mit der Zusatzbezeichnung Allergologie. Den »Facharzt für Allergologie« gibt es in Deutschland nicht, sondern nur eine Zusatzausbildung. Laut dem *Weißbuch für Allergien in Deutschland* gehört der Bereich weder zu den Pflichtfächern im Medizinstudium, noch müssen sich die Studenten darin fortbilden – obwohl Allergien mittlerweile als Volkskrankheit bezeichnet werden. Dieser Bereich müsse weiter ausgestaltet werden, meinen die Fachgesellschaften DGAKI, Gesellschaft für Pädiatrische Allergologie und Umweltmedizin (GPA) und der Ärzteverband deutscher Allergologen (ÄDA). Für die Zukunft befürworten sie deshalb die Einrichtung eines einheitlichen europaweiten Facharztes für Allergologie.

Für die Therapie legen die Experten ihre Hoffnung in den Ausbau der Immuntherapie und die Entwicklung eines Impfstoffes. »So könnten wir zum einen die Symptome von Patienten mit allergischen Erkrankungen lindern – bis zur Beschwerdefreiheit. Zum anderen Kinder mit erhöhter Allergieneigung vor dem Ausbruch einer Allergie schützen«, so Klimek. Maßgebend dafür ist nach wie vor die Ursachenforschung, denn erst, wenn klar ist, warum und wie Allergien entstehen, wird es möglich sein, vorbeugend zu handeln und chronische Folgeerkrankungen zu vermeiden.



Kristin Sporbeck ist Journalistin in Berlin mit den Schwerpunktthemen Gesundheit und Verbraucher. redaktion@sporbeck.org