

Fachärztinnen für Kinder- und Jugendmedizin

Dr. med. S. Kaiser  
Dr. med. S. Kramer  
Dipl.-Med. K. Voszatko

Kurze Straße 42 • 72793 Pfullingen  
Tel.: 07121-718 44 • Fax: 75 44 07 • Mobil: 0179-515 09 65  
Bahnhofstraße 9 • 72525 Münsingen  
Tel.: 07381-938 68 68 • Fax: 938 68 69 • Mobil: 0179-515 09 65  
www.kinderzentrum-echaz.de • praxis@kinderzentrum-echaz.de

## Heuschnupfen = Pollinose

Der Heuschnupfen entsteht durch eine Pollenallergie. Die ersten Symptome beginnen manchmal schon im Dezember wenn die ersten Haselnussbüsche blühen. Dann kommen die Birke und andere Frühblüher, später die Gräser und andere Pollen bis in den frühen Herbst hinein.

Der starke Schnupfen meist in Kombination mit einer unangenehmen Bindehautentzündung (Konjunktivitis) lässt die Kinder nicht in Ruhe schlafen, spielen im Freien ist kaum möglich und oftmals lassen die Schulleistungen nach. Er ist nicht mit einem Erkältungsschnupfen zu verwechseln. Ein Teil der Patienten klagt auch über Halskratzen und sie müssen sich ständig räuspern.

Der Heuschnupfen beginnt eigentlich erst ab dem Schulalter, inzwischen sind aber leider auch schon Kindergartenkinder betroffen. An Regentagen geht es den meisten Heuschnupfenpatienten besser. Im Spätsommer lassen die Beschwerden nach.

Die **Medikamente** sollten bei Beschwerden bei Bedarf verwendet werden. Es gibt antiallergische Augen- und Nasentropfen. Falls damit die Nase weiterhin gar nicht geöffnet werden kann, besteht die Möglichkeit ein Cortison haltiges Nasenspray zu verwenden.

Zusätzlich gibt es Antiallergika in Saft- und Tablettenform wie z. B. Cetirizin. Leider machen diese Medikamente müde und werden deshalb möglichst nur abends eingenommen. Ebenfalls hilfreich sind homöopathische Globuli wie z. B. Arundo und Galphimia.

Grundsätzlich sollten sich die Kinder im Bad ausziehen und jeden Abend vor dem Schlafengehen einschließlich der Haare abgeduscht werden. Lüften bitte nur in den frühen Morgenstunden, da hier der Pollengehalt der Luft am geringsten ist. Die Haare eher kurz halten oder bei Mädchen Zöpfe flechten.

Vor allem im ersten Beschwerdejahr sollte man einen Kalender führen. An den Tagen, wo Beschwerden auftreten, kann man im Internet im Pollenflugkalender der Region nachschauen, was gerade fliegt.

Wie schon unter Allergien allgemein aufgeführt, sollte ein Allergietest durchgeführt werden. Bei Kindern unter 6 Jahren als Blutuntersuchung und bei größeren Kindern als Pricktest (Hauttest). Der beste Untersuchungszeitpunkt ist der Herbst außerhalb der Pollensaison.