

# Allergie? Lieber kurz beraten lassen, als den Frühling zu verpassen!

Beratung &  
Behandlung bei  
Allergien.



Ihre Apotheke.  
Der direkte Weg zur Besserung.





## Was ist eine Allergie?

Der Körper reagiert bei einer Allergie gegen eigentlich harmlose Substanzen (wie z. B. Pollen) mit einer übermässigen Abwehrreaktion. Dies äussert sich in Allergiesymptomen, wobei die Freisetzung von Histamin und Entzündungsbotschaften eine wichtige Rolle spielt.

Etwa jede 5. Person in der Schweiz leidet an einer Pollenallergie, die umgangssprachlich auch als Heuschnupfen bezeichnet wird.

# Heuschnupfen sollte immer behandelt werden

Warum leiden rund 1,2 Millionen Menschen im Land aufgrund der harmlosen Pollen? Das Immunsystem von Betroffenen reagiert irrtümlicherweise auf Eiweisse in den Pollenkörnern: Im Körper werden Histamin und weitere Stoffe ausgeschüttet, was die typischen Symptome verursacht. Werden diese nicht behandelt, kann sich schliesslich ein allergisches Asthma entwickeln. Darum sollte eine Pollenallergie immer abgeklärt werden.

## Wie wird Heuschnupfen behandelt?

Behandelt wird eine Pollenallergie meistens mit Antihistaminika in Form von Tropfen, Tabletten oder Sprays, pflanzlichen Antiallergika, Kortisonpräparaten oder Kombi-Präparaten mit Antihistaminika/Kortison. Langfristig kann eine allergenspezifische Immuntherapie (Desensibilisierung) helfen, bei der der Körper langsam an das Allergen gewöhnt wird. Dadurch werden die Symptome um rund 75% bis 80% reduziert.

Heuschnupfen kann auch homöopathisch behandelt werden. Das Schweizer Unternehmen Similasan stellt homöopathische Arzneimittel in Form von Augentropfen, Globuli, Tabletten und Nasensprays her, die zur Linderung von Heuschnupfen-Symptomen eingesetzt werden.

**Grundsätzlich gilt: Heuschnupfengeplagte sollten den Kontakt mit Pollen möglichst meiden.**

## Diese Tipps helfen durch den Alltag

- Im Freien Sonnenbrille tragen
- Zuhause nur kurz stosslüften
- Vor dem Schlafengehen die Haare waschen
- Kleider nicht im Schlafzimmer ausziehen

**Beobachten Sie den aktuellen Pollenflug hier:**  
[pollenundallergie.ch](http://pollenundallergie.ch)



# Symptome einer Pollenallergie

Typische Symptome einer Pollenallergie:

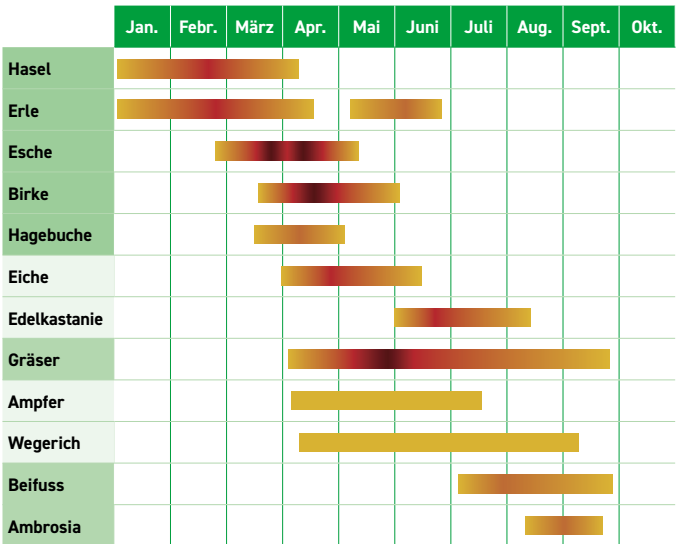
- Niesattacken
- Laufende Nase
- Verstopfte Nase, Atmung durch die Nase erschwert
- Tränende, gerötete Augen
- Juckreiz in Augen, Nasen, Gaumen, Ohren
- Allergisches Asthma

Bei Pollenallergien sind Pollen die Hauptauslöser für die Symptome. Jedoch sind bei Pollenallergikern nicht alle Pollen für die Beschwerden verantwortlich, sondern meist nur bestimmte Pollen von verschiedenen Bäumen, Gräsern oder Kräutern. Abhängig von der Blütezeit erstreckt sich die Pollensaison von Januar bis September und verursacht bei Allergikern saisonale Beschwerden.

## Symptome! Was nun?

Leiden Sie an saisonalen Allergiesymptomen und wünschen Sie eine Behandlung? Lassen Sie sich in Ihrer Apotheke beraten.

### Pollenflugkalender Schweiz



**Pollenflug:** ● schwach ● mässig ● stark ● sehr stark. **Allergenität:** ● mittel ● stark

Quelle: aha! Allergiezentrum Schweiz, aha.ch

# Andere häufige Allergien

## Hausstaubmilbenallergie

Aufgenommen werden die Allergene der Hausstaubmilben über die Atmung.

### Zu den typischen Symptomen gehören:

- Verstopfte oder laufende Nase
- Niesreiz
- Gerötete, juckende Augen
- Allergisches Asthma

Die Symptome treten typischerweise am Morgen und vermehrt in den kälteren Monaten auf.

## Tierallergien

Bei einer Tierallergie sind Reaktionen auf Katzen, Hunde, Pferde und Nagetiere am häufigsten.

### Zu den typischen Symptomen gehören:

- Schnupfen
- Bindehautentzündungen der Augen
- Allergisches Asthma
- Allergische Hautreizungen und Schwellungen

## Nahrungsmittelallergie (Kreuzreaktion)

Wer auf Pollen allergisch ist, verträgt aufgrund einer Kreuzreaktion oft gewisse Nahrungsmittel nicht. Der Grund: Die Eiweisse der Pollen weisen ähnliche Strukturen auf wie jene von bestimmtem Obst, Gemüse oder Nüssen.

### Typische Anzeichen direkt nach dem Genuss sind:

- Juckreiz an den Lippen und im Hals
- Pelziges Gefühl in Mund und Gaumen
- Schwellungen der Lippen, der Zunge sowie der Schleimhaut von Wangen und Rachen

Die Symptome lassen normalerweise schnell wieder nach. Von dieser Kreuzreaktion zu unterscheiden ist die primäre Nahrungsmittelallergie. Dabei können weitere, sogar lebensbedrohliche Symptome auftreten.

**Um Symptome zu reduzieren, vermeiden Sie den Kontakt zum allergieauslösenden Stoff.**

**Weitere Informationen zum Thema finden Sie hier: [wegzurbesserung.ch/de/allergie](http://wegzurbesserung.ch/de/allergie)**



# AllergieCheck in Ihrer Apotheke

Es gibt viele allergieauslösende Stoffe, die unterschiedliche Symptome auslösen können. Nur wer seine Allergene kennt, kann Symptomen gezielt entgegenwirken. Mit einem AllergieCheck in Ihrer Apotheke finden Sie schnell heraus, ob Sie auf die häufigsten Atemwegsallergene allergisch reagieren.

## Auf welche Allergien können Sie sich in der Apotheke testen lassen?

- Pollenallergie (Beifuss, Birke, Esche, Glaskraut, Lieschgras)
- Hausstauballergie
- Hunde- und Katzenallergien
- Schimmelpilzallergie
- Allergie auf Küchenschaben

## Wie wird der AllergieCheck durchgeführt?

Etwas Blut aus dem Finger genügt für einen Schnelltest. Das Ergebnis besprechen Sie danach mit dem Fachpersonal Ihrer Apotheke. Sie erhalten Empfehlungen zur Behandlung der Allergie und hilfreiche Tipps, wie Sie Allergieprobleme vermindern können.

→ **Dauer: ca. 20 – 30 Minuten**



## Tipp:

Machen Sie möglichst frühzeitig den AllergieCheck. So lassen sich chronische Beschwerden, wie z. B. Asthma, das durch einen dauerhaften allergischen Schnupfen ausgelöst wird, verhindern.

# Konsultation in Ihrer Apotheke

Durch die Revision des Heilmittelgesetzes dürfen Apotheken bestimmte rezeptpflichtige Medikamente abgeben – auch ohne ärztliche Verschreibung. Dies betrifft vor allem Medikamente, welche bei häufig auftretenden Erkrankungen oder zur Weiterführung einer Dauermedikation verwendet werden.

## Umfassende medizinische Beratung

Ihre Anliegen werden fundiert abgeklärt, Therapiepläne festgelegt und in Ihrem Patientendossier durch das Fachpersonal Ihrer Apotheke dokumentiert. Falls nötig, werden Sie an eine Spezialistin oder einen Spezialisten weitergeleitet.

Viele vordringliche Erkrankungen können ohne einen Arzttermin gelöst werden – rasch, unkompliziert und ohne Voranmeldung.



## Vorteile auf einen Blick:

- Kostengünstig und ohne Voranmeldung
- Keine langen Wartezeiten
- Konsultation ist vertraulich und unterliegt der Schweigepflicht
- Direktabgabe des rezeptpflichtigen Medikaments

Ihre Apotheke in der Nähe finden Sie hier:  
[wegzurbesserung.ch/de/apothekenfinder](http://wegzurbesserung.ch/de/apothekenfinder)

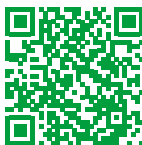


Umfangreiche Informationen zum Thema Allergien  
finden Sie hier: [wegzurbesserung.ch](https://wegzurbesserung.ch)

## Wettbewerb

Jetzt E-Bike im Wert von  
CHF 5000.- gewinnen!

Teilnahmeschluss: 31. März 2024



# GFH

Bündnis Gesundheitsfachhandel  
Union commerciale du secteur de la santé  
Unione commerciale nel settore sanitario



Ihre Apotheke.  
Der direkte Weg zur Besserung.

*Similasan*

 VIATRIS™

Die Sponsoren haben weder Einfluss auf den Inhalt dieser Kampagne genommen,  
noch sind sie für deren Inhalt verantwortlich.