



## Allergien – Symptome und Erste Hilfe

### Vom Hautjucken bis zum anaphylaktischen Schock

Mal schnell die Nachbarskatze streicheln, ein paar Nüsschen knabbern oder durch bunte Frühlingswiesen spazieren gehen – was für andere Alltag ist, kann für Allergiker zu einem echten Problem werden. Ihr Körper reagiert je nach Art der Allergie abwehrend auf körperfremde Substanzen wie Pollen, sogenannte Allergene. Allein in Deutschland gibt es rund 30 Millionen Allergiker. Die meisten davon leiden unter Heuschnupfen. Nach Angaben des Deutschen Allergie- und Asthmabundes e.V. sind heute mehr als 20.000 verschiedene Allergie-Auslöser bekannt – von Pflanzenpollen, Hausstaubmilben und Insektengiften über einzelne Inhaltsstoffe in Nahrungsmitteln und Kosmetika bis hin zu Metallen, Reinigungsmitteln

und Konservierungsstoffen. Symptome können tränende und juckende Augen, Niesreiz, Atemnot aufgrund geschwollener Schleimhäute oder Magen-Darm-Beschwerden sein. Auch juckende Quaddeln und Ekzeme auf der Haut weisen oftmals auf eine allergische Reaktion hin. Durch entsprechende Allergietests kann ein Facharzt diagnostizieren, welches Allergen die Allergie auslöst. Zur kurzfristigen Behandlung der Symptome und Beschwerden steht eine ganze Reihe verschiedener Medikamente zur Verfügung – allen voran Antihistaminika und in bestimmten Fällen auch Kortison-Präparate. Neben der kurzfristigen medikamentösen Behandlung der Allergiesymptome und dem Meiden des Kontakts mit dem

Allergen empfiehlt sich in vielen Fällen eine Hyposensibilisierung als langfristige Therapie.

#### Anaphylaktischer Schock

Bei schweren allergischen Reaktionen oder einem drohenden anaphylaktischen Schock können auch Adrenalin-Injektionen erforderlich sein. Ein Beispiel hierfür ist eine Nahrungsmittelallergie gegen Erdnüsse, bei der Fachärzte entsprechende Notfallsets verschreiben. Hier kommt es oft auf Sekunden an. Der anaphylaktische Schock gilt als schwerste und lebensbedrohliche Reaktion auf Allergene, da er zu Atem- und Kreislaufstillstand führen kann. Er zeichnet sich dadurch aus,

dass der gesamte Organismus reagiert. Das heißt, mindestens zwei verschiedene Organsysteme (zum Beispiel Haut, Atemwege, Magen-Darm-Trakt und/oder Herzkreislaufsystem) sind gleichzeitig betroffen, eine Reaktion tritt immer innerhalb kurzer Zeit nach Allergenkontakt auf und der Allgemeinzustand kann sich rasch verschlechtern. Hier ist ein sofortiger Notruf über die Notrufnummer 112 angezeigt. Der Ersthelfer sollte den Betroffenen beruhigen, mit erhöhtem Oberkörperlagern, Schwellungen kühlen, bei Bewusstlosigkeit in die stabile Seitenlage und gegebenenfalls ein vorhandenes Notfallset zur Anwendung bringen. Die Anaphylaxie kann dann – bis zur Weiterbehandlung durch einen Arzt –

durch unsere Notfallsanitäter oder Rettungsassistenten behandelt werden mit Basismaßnahmen, wie Untersuchung, Betreuung, Lagerung, Sauerstoffgabe, intramuskuläre Anwendung von Adrenalin, inhalative Gabe von Adrenalin oder Salbutamol und Ausgleich von Flüssigkeitsverlusten mittels Infusionen. Sollte

es zum Äußersten kommen, führen unsere Rettungskräfte bis zum Eintreffen des Arztes Wiederbelebungsmaßnahmen durch – von der Herzdruckmassage und Beatmung über die Sicherung der Atemwege und Gabe von Reanimationsmedikamenten bis zur Defibrillation.

[www.drk-hanau.de](http://www.drk-hanau.de)

Eine der wichtigsten Maßnahmen im Hinblick auf ein effektives Notfallmanagement: Informieren Sie als Betroffener Ihr Umfeld über Ihr Anaphylaxie-Risiko, wenn Sie auf entsprechende Allergene reagieren. Teilen Sie Ihrem Partner, Ihren Verwandten, Freunden, Bekannten, Arbeitskollegen mit, welche/-r Auslöser für Sie problematisch ist, welche Beschwerden bei einer anaphylaktischen Reaktion auftreten und wie geholfen werden kann. Besprechen Sie, was im Notfall zu tun ist, wo Sie Ihr Notfallset aufbewahren, wie der Adrenalin-Autoinjektor anzuwenden ist und wer den Rettungsdienst verständigen kann. Nutzen Sie hierzu auch den Anaphylaxie-Notfallplan.

#### Alter schützt vor Allergien nicht

Zieht ein hochbetagter Mensch in eine Pflegeeinrichtung, ist es am wichtigsten, den Senioren erst einmal richtig kennenzulernen und sich auf ihn einzustellen. Neben gesundheitlichen Fragen werden in Gesprächen mit den Senioren und/oder ihren Angehörigen ihre Wünsche und Vorlieben in den wichtigen Lebensbereichen festgehalten. Schläft der Mensch gerne lang oder ist er ein Frühaufsteher? Was isst er gerne, was mag er überhaupt nicht, ist er z. B. allergisch gegen bestimmte Lebensmittel?

All die Informationen werden erfasst und im Pflegealltag berücksichtigt. Doch für eine dauerhafte optimale Versorgung ist das „Jetzt und Hier“ nicht ausreichend, denn z. B. Allergien können durchaus erst in fortschreitendem Alter entstehen. So ist in den Pflegeprozess eine regelmäßige Überprüfung und Anpassung fest eingebettet, so dass auch Veränderungen, wie neu entstehende Allergien, frühzeitig entdeckt und entsprechend berücksichtigt werden können.

[www.APZ-MKK.de](http://www.APZ-MKK.de)

#### Allergien im Alter

Die Nase läuft, die Augen brennen, der Hals kratzt – dies sind nur einige Symptome, die eine Allergie mit sich bringt. Eine Allergie kann im Laufe des Lebens ausbrechen. Wer aber glaubt, eine Allergie im Alter wäre eher unwahrscheinlich, der irrt. Denn einer Studie zur Folge ist die Generation ab 55 Jahren weitaus mehr von Allergien betroffen, als zunächst angenommen. Die Symptome einer Allergie belasten ältere Menschen stärker als die junge Generation. Daher gilt es auch im hohen Alter, den Auslöser

der Allergie festzustellen und vermeidbare Ursachen aus dem Umfeld des Betroffenen zu entfernen. So empfiehlt es sich gerade bei einer Milbenallergie, alte Decken, Polster und Bettbezüge zu entfernen. Auch bei Kreuzallergien, bei denen der Allergiepate aufgrund seiner Allergie andere Stoffe mit ähnlicher Struktur nicht verträgt, sollte auf entsprechende Lebensmittel verzichtet werden.

[www.pflegedienst-kremer.de](http://www.pflegedienst-kremer.de)

#### Allergikerbettwäsche – Brauche ich das?

Bei einer vorliegenden Hausstaubmilbenallergie ist die Vorbeugung eine der wichtigsten Maßnahmen. Mit unterschiedlichen Maßnahmen können Allergiker den Kontakt mit den Hausstaubmilben weitgehend verhindern. Diese ernähren sich von den Hautschuppen der Menschen und tummeln sich deshalb millionenfach in den Betten, vor allem in den Matratzen. Dementsprechend benötigt ein Milbenallergiker spezielle Bettwäsche (Matratzen-, Kopfkissen-, Deckenbezug), die ihn vor den Milben schützt.

Diese Bettwäsche erhalten Sie selbstverständlich in Ihrem Sanitätshaus Bußfeld & Schiller. Wir empfehlen zudem eine Beratung durch unsere Mitarbeiter. Tipp: Viele Krankenkassen übernehmen die Kosten für diese Bettwäsche. Doch aufgepasst: Jede Krankenkasse hat unterschiedliche Vertragspartner. Sie sollten sich vor dem Kauf bei Ihrer Krankenkasse informieren.

[www.bussfeldschiller.de](http://www.bussfeldschiller.de)

#### Alten & Pflegezentren Main-Kinzig-Kreis

- Stationäre Pflege – 12 x in der Region
- Kurzzeit- und Verhinderungspflege
- Hausgemeinschaften
- Spezielle Angebote für Menschen mit Demenz
- Palliative Pflege
- Service-Wohnen

Am Altenzentrum 2  
63517 Rodenbach  
01684 / 2052-100  
kontakt@apz-mkk.de  
[www.apz-mkk.de](http://www.apz-mkk.de)

#### Kremer Wenn's um Pflege geht

- Ambulante Pflege
- Tagespflege
- Intensivpflege
- Betreuungs- und Entlastungsleistungen
- Pflegeberatung
- Großes Einzugsgebiet

Hanauer Straße 49a  
63546 Hammersbach  
06185 / 81800 o. 06181 / 92120  
info@kremer-ahk.de  
[www.pflegedienst-kremer.de](http://www.pflegedienst-kremer.de)

#### Deutsches Rotes Kreuz

Kreisverband Hanau e. V.

- Hausnotruf
- Rettungsdienst
- Stationäre Pflege
- Wohnen mit Service
- Erste-Hilfe-Kurse
- Kleiderläden – Sozialarbeit
- Blutspende

Johann-Carl-Koch-Straße 4  
63452 Hanau  
06181 / 1060  
info@drk-hanau.de  
[www.drk-hanau.de](http://www.drk-hanau.de)

#### leben in bewegung bußfeldschiller dassanitätshaus

- Sanitätshaus
- Reha-Technik
- Orthopädie-Technik
- Orthopädie-Schuhtechnik
- Kinder-Reha
- Homecare
- Sports

Nordstraße 26  
63450 Hanau  
06181 / 12151  
info@bussfeldschiller.de  
[www.bussfeldschiller.de](http://www.bussfeldschiller.de)