



# Meine persönlichen ALLERGIE-TIPs

Das Wort Allergie kommt aus dem Griechischen (=fremde Wirkung), man bezeichnet damit eine Überempfindlichkeit des Immunsystems gegen an sich ungefährliche Substanzen, die Allergene. Einige wenige seien kurz aufgezählt: Hausstaubmilbenkot, Tierhaare, Naturgummi, Nahrungsmittel und Pollen. Das Spektrum der Symptome ist breit und reicht vom unangenehmen Heuschnupfen, tränenden Augen über Asthma bronchiale bis zum anaphylaktischen Schock.

**POLLENSAISONEN:** Die Erlen- und Haselpollensaison von Jahresbeginn an bis März. Die Birken- und Eschenpollensaison im April. Die Gräserpollensaison von Mai bis Juni. Die Beifußsaison im August, gefolgt von Ragweedpollen im Osten bis September.

Die Therapiemöglichkeiten

- ✔ Vermeiden des Allergens
- ✔ Symptomatische Therapie mit Antihistaminika und
- ✔ lokalen Cortisonsprays
- ✔ Allergieimpfung (Hyposensibilisierung)
- ✔ Folgende ...

## THERAPIEMÖGLICHKEITEN AUS DER APOTHEKE

Die am meisten verwendeten Wirkstoffe gegen die Heuschnupfensymptome Niesreiz, Augenjucken und Augentränen sowie Hautallergien sind Cetirizin und **Loratadin**.

Rezeptfreie antiallergische Nasensprays stehen zur Verfügung, diese sollten mit Kochsalzlösungen bzw. Meerwassersprays abgewechselt werden. Die Salzlösungen dienen nicht nur der Befeuchtung der Schleimhäute, sondern bewirken auch einen Reinigungseffekt.

Nasensprays, die einen Schutzfilm auf der Schleimhaut bilden, wirken wie ein Schild gegen die Pollen. Diese Produkte sind schon für Kinder ab sechs Jahren geeignet.

Die vorbeugende Gabe von Kalzium und Oligomeren Procyanidinen (OPC) lassen Schwellungen und Entzündungen harmloser und geringer ausfallen.

Homöopathische Mittel gegen Allergien gibt es als Tropfen, Tabletten, Nasensprays und Augentropfen. Galphimia glauca D12 kann 6 Wochen vor der individuellen Heuschnupfensaison eingenommen werden, nur abends 5 Tropfen.

Euphrasia (der Augentrost) D6 wird als „Scheibenwischer“ der Hornhaut bezeichnet und bei allergischen Erscheinungen am Auge angewandt. Allium cepa D6 wird genommen bei brennendem, wundmachendem Sekret, Sabadilla nimmt den Juckreiz.

Luffa operculata, ein Kürbisgewächs, wird bei Stockschnupfen in D4 gegeben, bei Fließschnupfen in D 2.

Lassen Sie sich auf jeden Fall zusätzlich in Ihrer Apotheke beraten. ☎



*... und nutzen Sie die kompetente Beratung in der Apotheke. Vereinbaren Sie einen Beratungstermin!*

*Aufgrund der grossen Produktvielfalt sollten Sie vor einem Kauf auf jeden Fall mit unseren Fachleuten in der Apotheke sprechen.*



EIN SERVICE VON

# APOTHECUM<sup>plus</sup>

 Folgen Sie uns auch auf [www.facebook.com/APOTHECUM](http://www.facebook.com/APOTHECUM)