# Was ist Heuschnupfen?

Unter Heuschnupfen (Pollinosis) versteht man eine [Allergie gegen Pollen](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/krankheiten/heuschnupfen/was-ist-heuschnupfen/), also gegen den Blütenstaub von Pflanzen. Besonders häufig verantwortlich für allergische Reaktionen sind neben Gräser- und Getreidepollen auch frühblühende Bäume wie Hasel, Erle und Birke sowie einige Kräuter.

Heuschnupfen tritt hauptsächlich im Frühjahr und Sommer auf, also in der Hauptblühperiode. Es handelt sich also um einen saisonale, zur jeweiligen Pollenflugzeit ausgelösten allergischen Rhinitis - im Gegensatz zur ganzjährigen allergischen Rhinitis , also dem allergischen Dauerschnupfen, der durch [Allergien](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/krankheiten/allergien-allgemein/was-sind-allergien/) gegen Tierallergene, Schimmelpilze oder Hausstaubmilben ausgelöst wird. Da die meisten Pollenallergiker aber auf mehrere verschiedene Blütenpflanzen reagieren, können sich die Symptome aufgrund der unterschiedlichen Blütezeiten im schlimmsten Fall auch von Februar bis Oktober hinziehen.

Pflanzen verbreiten ihre Pollen (d.h. das männliche Erbgut im Blütenstaub) entweder durch Insekten oder über den Wind. Für den Allergiker sind insektenbestäubende Pflanzen verträglicher, da deren Pollen relativ schwer und klebrig sind und in geringerer Anzahl produziert werden. Windbestäuber stoßen demgegenüber sehr große Mengen an Pollen aus, um die hohen Streuverluste durch die willkürliche Windverteilung aufzuwiegen. So setzt eine einzige Roggenähre zum Beispiel mehr als 4 Millionen Pollenkörner frei! Solche allergieauslösenden Pollen ([Allergene](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/nc/glossar/source/default/term/allergene/)) sind sehr klein und durch ihr geringes Gewicht besonders flugfähig - manche können bis zu 300 km weit durch die Luft treiben.

Bereits wenige Pollenkörner reichen aus, um bei einem Allergiker die typische, heftige Reaktion des Immunsystems auszulösen. Bei der Pollenallergie handelt es sich um den so genannten [Soforttyp (Allergie vom Typ I)](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/krankheiten/allergien-allgemein/verschiedene-allergietypen/immunologische-einteilung/) unter Beteiligung von [IgE-Antikörpern](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/nc/glossar/source/default/term/immunglobulin-e-ige/). Beim nächsten Kontakt mit dem betreffenden Allergen werden [Histamine](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/nc/glossar/source/default/term/histamin/) u.a. [Mediatoren](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/nc/glossar/source/default/term/mediatoren/) freigesetzt, die zu einer Abwehrreaktion führen. Betroffen sind vornehmlich diejenigen Körperstellen, auf welche die Allergene direkt treffen - also die Bindehaut der Augen oder die Schleimhaut der Nase. Dies führt zu Reizungen oder Anschwellen der Schleimhäute, Tränenfluss, Fließschnupfen und Niesattacken.

Allergien gegen Pollen haben volksgesundheitlich große Auswirkungen, da sie sehr häufig sind und zudem wie alle Erkrankungen des  [atopischen Formenkreises](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/nc/glossar/source/default/term/atopische-erkrankungen/) weitere Allergien nach sich ziehen können. Nahezu jeder vierte bis fünfte Erwachsene leidet unter Heuschnupfen. Bei Kindern unter 6 Jahren sind 3-7% betroffen; bei älteren Kindern sind es sogar zwischen 7 und 13%. Wie bei allen Allergien ist die Tendenz steigend.

Oft kommt es nach Jahren - vor allem wenn keine angemessene Behandlung erfolgt - zu einem [allergischen Asthma](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/krankheiten/asthma-bronchiale/verschiedene-asthmaformen/). Bei etwa 30% der Patienten entwickelt sich innerhalb von 10 Jahren ein [Asthma bronchiale](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/krankheiten/asthma-bronchiale/was-ist-asthma/).