# Therapie bei Heuschnupfen

Die Therapie von [Allergien](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/krankheiten/allergien-allgemein/was-sind-allergien/) besteht hauptsächlich aus drei Säulen:

der Allergenvermeidung,

der medikamentösen Behandlung,

sowie der Möglichkeit zur [Hyposensibilisierung](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/nc/glossar/source/default/term/hyposensibilisierung/).

Die vollständige Vermeidung ([Karenz](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/nc/glossar/source/default/term/karenz/)) des Allergens ist - soweit durchführbar - wünschenswert, jedoch meist schwer möglich. Lesen Sie die dazu auch die [Verhaltentipps für Pollenallergiker](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/krankheiten/heuschnupfen/vorbeugung/).

# Medikamentöse Behandlung von Heuschnupfen

Die Einnahme von Medikamenten zur Behandlung der Beschwerden und entzündlichen Schleimhautschwellungen ist während der akuten Phase des Pollenfluges durchaus sinnvoll, einerseits um dem Betroffenen den Alltag zu erleichtern, andererseits um das überschießend reagierende   [Immunsystem](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/nc/glossar/source/default/term/immunsystem/) nicht zu sehr zu beanspruchen. Hier kommen vor allem [Anti-Histaminika](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/nc/glossar/source/default/term/antihistaminika/), [Ketotifen](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/nc/glossar/source/default/term/ketotifen/) und [DNCG-Präparate](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/nc/glossar/source/default/term/dncg-praeparate/) zum Einsatz, bei [asthmatischen](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/krankheiten/asthma-bronchiale/was-ist-asthma/) Beschwerden aber auch [Theophyllin](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/nc/glossar/source/default/term/theophyllin/), [Montelukast](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/nc/glossar/source/default/term/montelukast-1/) und [Cortison](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/nc/glossar/source/default/term/cortison/) (v.a. zur Inhalation).

Unbehandelt neigen Allergien dazu, sich zu verschlimmern oder auf weitere Substanzen auszuweiten. Durch eine rechtzeitige Therapie kann vor allem ein sogenannter Etagenwechsel von den oberen Atemwegen (Nase) in die unteren [Atemwege](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/unsere-atemwege/aufbau/) (Bronchien) - und damit Asthma - eher verhindert werden. Doch die Medikamente führen nicht zu einer Heilung; nach dem Absetzen treten die Beschwerden erneut auf. Betroffene müssen daher jedes Jahr aufs Neue zur Pollenflugsaison die lindernden Wirkstoffe einnehmen.

# Hyposensibilisierung

Eine Möglichkeit Heuschnupfen ursächlich zu behandeln, ist die [Hyposensibilisierung](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/krankheiten/allergien-allgemein/therapie/). Man spricht auch von spezifischer Immuntherapie mit [Allergenen](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/nc/glossar/source/default/term/allergene/) (SIT), Allergen-Immuntherapie, Allergie-Impfung oder Desensibilisierung. Diese Methode wirkt bei rund 80% der [Pollenallergiker](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/krankheiten/heuschnupfen/was-ist-heuschnupfen/). Die Behandlung dauert mindestens 12-24 Monate, maximal drei Jahre. Sie zeigt den größten Erfolg bei Kindern und Jugendlichen sowie in den ersten Jahren nach Auftreten einer Allergie.

Ziel dieser Methode ist es, die Überempfindlichkeit ([Hyperreagibilität](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/nc/glossar/source/default/term/hyperreagibilitaet/) ) gegenüber dem Allergen abzubauen. Dazu wird dem Patienten in regelmäßigen Abständen das Allergen schrittweise in zuerst unterschwelliger, dann steigender Dosierung zugeführt. Diese kontrollierte Zufuhr führt schließlich zu einer erhöhten Toleranz gegenüber dem zugeführten Allergen. Das heißt, der Organismus wird desensibilisiert - seine  gegen den allergieauslösenden Stoff wird rückgängig gemacht. Grund dafür ist, dass der Körper im Lauf der Behandlung lernt, nicht mehr die Allergie auslösenden  Ig E ([Immunglobulin E](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/nc/glossar/source/default/term/immunglobulin-e-ige/)) sondern [Antikörper](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/nc/glossar/source/default/term/antikoerper/) ([Immunglobuline](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/nc/glossar/source/default/term/immunglobuline/)) einer anderen Klasse (IgG) zu bilden. Diese neutralisieren das Allergen, bevor es zur Bildung von IgE-Antikörpern mit [Histamin](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/nc/glossar/source/default/term/histamin/)-Freisetzung und den damit verbundenen Auswirkungen auf den Organismus kommen kann.

Als Alternative zu den wiederholten Spritzen bei der Allergie-Impfung (Hyposensibilisierung) gibt es die Möglichkeit, die Allergen-Präparate als Tropfen einzunehmen (sublinguale Immuntherapie, [SLIT](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/nc/glossar/source/default/term/slit/)), was sich insbesondere für Kinder oder sehr empfindliche Patienten eignet. Auch diese Methode ist in ihrer Wirkung und Wirkungsdauer in vielen Fällen erfolgreich.

Nach Abschluss der Immuntherapie können in den meisten Fällen die Medikamente zur Behandlung der Beschwerden verringert oder im besten Fall abgesetzt werden. Eine spezifische Immuntherapie kann zudem in vielen Fällen verhindern, dass sich die Allergie auf andere Allergene ausweitet oder ein so genannter Etagenwechsel, zum Beispiel von den [oberen Atemwegen](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/unsere-atemwege/aufbau/die-oberen-atemwege/) oder der Haut in die [unteren Atemwege](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/unsere-atemwege/aufbau/die-unteren-atemwege/) (Bronchien) stattfindet.

# Komplementärmedizin

Bei Heuschnupfen, kommen auch [Akupunktur](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/nc/glossar/source/default/term/akupunktur/) und [Homöopathie](https://www.lungenaerzte-im-netz.de/nc/glossar/source/default/term/homoeopathie/) zum Einsatz. Diese Behandlungsmethoden sind nicht mit naturwissenschaftlichem Wissen erklärbar, werden aber auch von Schulmedizinern mitunter eingesetzt.