

## **Volkskrankheit Allergie**

*Immer mehr Menschen in Deutschland und anderen Industriestaaten leiden an Allergien. Nach Angaben der Europäischen Stiftung für Allergieforschung (ECARF) sind in Europa inzwischen rund 30 Prozent der Bevölkerung davon betroffen. Im Jahr 2010 soll es bereits jeder Zweite sein.*

Allergische Reaktionen äußern sich sehr unterschiedlich: während eine Substanz bei einer Person Asthma auslöst, kann sie bei einer anderen zu Hautausschlag führen. Auch der Krankheitsverlauf und das Ausmaß der Reaktion können von Patient zu Patient starke Unterschiede zeigen. Ein leichter Heuschnupfen von früherer Kindheit an ist ebenso möglich wie das plötzliche Eintreten einer heftigen Nahrungsmittelallergie im fortgeschrittenen Alter. Zu den häufigsten allergischen Erkrankungen zählen Heuschnupfen, Neurodermitis, Nahrungsmittelallergien, allergisches Asthma und das allergische Kontaktekzem.

Als Auslöser für eine Reaktion kommt prinzipiell jede Substanz in Frage. Der Deutsche Allergie- und Asthmabund (DAAB) schätzt die Zahl der Stoffe mit bekannter allergieauslösender Wirkung auf etwa 20.000, viele davon in Lebensmitteln. Warum bestimmte Substanzen als Allergene wirken und andere nicht, ist bisher nicht geklärt.

Als Ursache für die Allergie wird ein Zusammenspiel von Umweltfaktoren und einer genetischen Veranlagung vermutet. So scheinen z.B. hohe Hygienestandards und allergische Vorbelastungen in der Familie Allergien zu begünstigen.

Allergische Erkrankungen sind nicht nur eine individuelle Belastung, sondern auch ein volkswirtschaftlicher Faktor, durch den in den EU-Ländern jährlich rund 20 Milliarden Euro Schaden entstehen. Mit dem „Aktionsplan gegen Allergien“ hat die Bundesregierung auf die steigenden Zahlen reagiert. Ziel des Programms ist es das Allergierisiko in der Bevölkerung zu senken.

### **Was ist eine Allergie?**

Unter einer Allergie versteht man eine schädliche Überreaktion des Immunsystems auf normalerweise harmlose Stoffe wie Pollen, Bestandteile in Lebensmitteln oder Tierhaare. Bei solchen Allergenen handelt es sich um körperfremde Eiweiße oder Kohlenhydrate, die Kontakt mit der Haut haben oder über die Atemwege und Verdauungsorgane in den Körper gelangen. Sie werden von der körpereigenen Abwehr als gefährliche Stoffe wie Bakterien oder Viren interpretiert und bekämpft.

Einer Allergie geht immer eine Sensibilisierung voraus, das heißt das Immunsystem ist mindestens einmal (beschwerdefrei) in Kontakt mit dem Allergen gekommen und hat entsprechende Antikörper gebildet. Bei weiteren Kontakten mit dem Auslöser kommt es im Zuge der ausgelösten Immunreaktion zu einer „überschießenden“ Produktion, einer Fehlregulation, bei der übermäßig viele Entzündungsstoffe wie Histamin ausgeschüttet werden. Sie sind für die typischen Symptome wie Juckreiz, Schwellung der Atemwege, Rötung etc. verantwortlich.

Während Krankheitserreger bei ihrer Abwehr vernichtet werden, ist die Produktion von Abwehrstoffen im Falle der Allergene sinnlos und sogar schädlich. Die Allergene lassen sich nicht zerstören, stattdessen erleidet der Körper Reaktionen, die von lokalen Entzündungen bis hin zu lebensbedrohlichen Schocks reichen, die den ganzen Organismus betreffen. Die allergische Reaktion dauert solange an, wie die Allergene den Körper belasten.

Obwohl allergische Reaktion sehr unterschiedlich ausfallen können, lassen sich abhängig von den Reaktionsprozessen vier Grundtypen unterscheiden. Die häufigsten Varianten sind der Sofort- und der Spät-Typ.

- **Typ I-Reaktion** (Sofort-Typ, anaphylaktische Reaktion): die Reaktion zeigt sich sofort, z.B. bei Pollen, Nahrungsmittelbestandteilen, Tierhaaren etc. Meist ist dieser Typ gemeint, wenn allgemein von „Allergien“ gesprochen wird,
- **Typ II-Reaktion** (zytotoxische Reaktion): die Reaktionen richten sich gegen Antigene, die Teil körpereigener Zellen geworden sind, die Reaktionen erreichen nach 4 - 10 Stunden ihr Maximum, z.B. bei Bluttransfusionen, Organtransplantationen und Autoimmunerkrankungen,
- **Typ III-Reaktion** (Immunkomplex-Reaktion): Antigene und Antikörper bilden Komplexe, die im Blut zirkulieren und Entzündungsreaktionen im Gewebe auslösen, zeigt sich als systemische Immunreaktion mit Fieber, Gelenkschmerzen etc., z.B. bei rheumatoider Arthritis,
- **Typ IV-Reaktion** (Spät-Typ): die Reaktion zeigt sich erst 24 - 48 Stunden nach dem Kontakt mit dem Allergen, z.B. bei einer Kontaktallergie mit Chemikalien oder Metallen.

Normalerweise reagiert man auf ein bestimmtes Allergen, doch sind auch Verwechslungen möglich, wenn sich die auslösenden Stoffe ähneln. Jemand der auf Hausstaubmilben allergisch ist, kann auch auf Krustentiere reagieren. Man spricht dann von einer „Kreuzallergie“.

### **Konventionelle schulmedizinische Therapie**

Allergien sind nicht heilbar und können fortschreiten, so dass sich zum Beispiel aus einem unbehandelten Heuschnupfen nach Jahren ein allergisches Asthma entwickelt. Die meisten Therapien zielen darauf ab, Allergene zu meiden, Symptome zu lindern und einer Erkrankung oder Verschlechterung vorzubeugen.

**Allergenkarenz:** Am sichersten ist es, den Kontakt mit dem Allergen gänzlich zu vermeiden, indem man z.B. auf den Genuss bestimmter Lebensmittel verzichtet. Allerdings lassen sich Auslöser wie Pollen oder Pilze nicht so einfach umgehen.

**Hyposensibilisierung:** Die spezifische Immuntherapie (SIT) kann bei bestimmten Allergien des Soforttyps helfen, die Reaktion zu mildern. Dazu werden dem Patienten in regelmäßigen Abständen Antigene unter die Haut gespritzt, um seine Empfindlichkeit gegenüber dem Stoff herabzusetzen. Die Injektionen können sehr starke Nebenwirkungen auslösen.

**Medikamentöse Behandlung:** Die Behandlung mit Antihistaminika, Mastzellenstabilisatoren und Kortison bekämpft nicht die Ursachen, sondern dient der Linderung der Symptome. Teilweise gehen sie mit erheblichen Nebenwirkungen (Kortison) einher und sollten nicht über einen längeren Zeitraum verwendet werden.

### **Wie hilft die Osteopathie bei Allergien?**

Neben den Schulmedizinischen Verfahren können auch alternative Therapieansätze wie die Osteopathie zur Linderung der Beschwerden beitragen. Die Allergie selbst kann die Osteopathie nicht spezifisch behandeln, ihre Stärke liegt vor allem in ihrem ganzheitlichen Ansatz. In der Osteopathie steht nicht die einzelne Krankheit, sondern der Mensch im Mittelpunkt. Der Osteopath behandelt deshalb alle Dysfunktionen im Körper. Bei einem Patienten mit einer allergischen Erkrankung wird er also zum einen die Strukturen behandeln, die in direktem Bezug zum Immunsystem stehen und wichtige Funktionen darin innehaben wie z.B. der Dünndarm mit seinen zahlreichen lymphatischen Strukturen oder die Milz. Zum anderen wird er auch Dysfunktionen behandeln, die durch die Erkrankung beeinflusst werden. Zum Beispiel kann eine osteopathische Behandlung bei einem allergischen Asthma strukturelle Blockaden im Brustbereich lösen, den Lymphfluss und die

Durchblutung verbessern sowie die respiratorischen Muskeln entspannen. Daneben wird der Osteopath aber auch solche Dysfunktionen im Körper aufspüren, die auf den ersten Blick unabhängig von der allergischen Krankheit sind und womöglich in einer entfernten Körperregion oder -struktur auftauchen, die vermeintlich nichts mit einer Allergie oder dem Immunsystem zu tun haben. Nach osteopathischer Auffassung hängt im Körper nämlich alles zusammen, so dass funktionelle Störungen in einem Bereich auch Auswirkungen auf einen ganz anderen haben. Durch deren Beseitigung werden die Kräfte des Körpers mobilisiert und der gesamte Organismus kann wieder ins Gleichgewicht kommen.

Die Osteopathische Behandlung kann andere Maßnahmen und Mittel wie Medikamente (z.B. Asthma-Spray) in der Allergiebehandlung nicht ersetzen. Sie versteht sich als sanfte, nebenwirkungsfreie Ergänzung zu schulmedizinischen und alternativen Methoden, um das Immunsystem zu unterstützen, den gesamten Stoffwechsel zu verbessern und so Beschwerden zu lindern und das Wohlbefinden zu steigern.

*Abdruck honorarfrei.  
Belegexemplar erbeten.*