

Eine Allergie muss nicht das Ende einer Tierhaltung bedeuten

von Sarah Zurbuchen

Wer unter Niesattacken leidet, sobald er seinem Haustier zu nahe kommt, könnte unter einer Tierallergie leiden. Doch was soll man in einem solchen Fall tun? Das Tier weggeben? Das muss nicht sein: Es existieren durchaus Strategien, die es ermöglichen, weiterhin mit einem Tier zusammenzuleben – trotz Allergie.



„Es ist mir nicht möglich, in eine Wohnung zu gehen, in der eine Katze lebt, auch wenn das Tier gerade draussen ist. Ich muss deshalb viele Einladungen ablehnen“, sagt Stefanie H. Sobald sie nämlich eine solche Wohnung betritt, röten sich ihre Augen, unerträglicher Niesreiz setzt ein und der Atem wird knapp. Stefanie H. leidet unter einer starken Katzenallergie, welche sich mit Heuschnupfensymptomen und allergischem Asthma äussert. Ähnlich reagiert die 35-jährige Frau, wenn sie mit ihrer besten Freundin, notabene Besitzerin von zwei Katzen, ins Kino geht. Der Grund: Die Katzenallergene gelangen von den Kleidern der Freundin auf die Schleimhäute ihrer Augen, Nase und Bronchien und lösen so eine allergische Reaktion aus.

Allergien nehmen zu

Waren allergische Erkrankungen zu Beginn des 20. Jahrhunderts noch eine Rarität, sind Allergien in den letzten Jahrzehnten zu einer Volkskrankheit geworden, welche rund jede dritte Person in der Schweiz betreffen und immer noch zunehmen. In Zahlen ausgedrückt: Etwa 35 % der Schweizer Bevölkerung sind auf Allergene sensibilisiert und weisen somit eine Allergiebereitschaft auf. Ungefähr 20 bis

25 % haben bereits allergische Symptome gezeigt. „Warum das so ist, darüber wird intensiv geforscht, und viele Erklärungsmöglichkeiten wurden bereits vorgeschlagen“, führt Werner J. Pichler von der Allergologisch-Immunologischen Poliklinik am Inselspital

Bern aus. „Aber trotz aller Fortschritte haben wir noch keine klare Antwort gefunden.“ Offensichtlich ist aber, dass in Ländern mit hohem Lebensstandard auch die Allergien zunehmen. Da in diesen Ländern viel auf Hygiene geachtet wird, wird spekuliert, dass

Was passiert bei einer allergischen Reaktion?

Unter einer Allergie versteht man eine Überempfindlichkeitsreaktion des Körpers gegen fremde Stoffe. Diese Stoffe, fast immer Eiweissstoffe, bezeichnet man als Allergene. Kommen die Betroffenen mit diesen Allergenen in Berührung, so reagiert der Organismus mit einer übersteigerten Abwehr. Diese Reaktion auf den körperfremden Stoff führt zu verschiedenen allergischen Symptomen:

Allergisches Bronchialasthma

Atemnotanfälle, häufige trockene Hustenanfälle mit Atembeschwerden, Engegefühl bei körperlicher Anstrengung.

Haut- und Schleimhautsymptome

Bindehautentzündung, wässriges Nasenlaufen, verstopfte Nase, Niesreiz. Nesselfieber zum Beispiel bei Kratzern von Katzen. Bei bisherigen Neurodermitikern können die Ekzeme erneut aufblühen.

Bei einer Allergie müssen nicht alle Symptome auftreten. Tritt eines dieser Symptome regelmässig auf, sollte die betroffene Person die Möglichkeit einer Allergie in Betracht ziehen.

Quellen: Schweizerisches Zentrum für Allergie, Haut und Asthma, Bern.

unsere hygienischen Massnahmen vielleicht übertrieben sind und eine Entfremdung von der Natur darstellen: Das Immunsystem hat mit der Zeit verlernt, auf harmlose Erreger **nicht** zu reagieren.

Worauf reagieren Allergiker/innen?

Einer dieser eigentlich harmlosen Stoffe sind Tiereiweisse. Thomas Schweri, Spezialarzt für Allergologie in Biel, erklärt die Beschaffenheit von Katzenallergenen: „Das Hauptallergen besteht aus Eiweissen und wird hauptsächlich in den Speicheldrüsen und in den Talgdrüsen produziert und durch die ausgedehnten Putzprozeduren über das gesamte Fell verteilt.“ Bei Hunden finden sich die Hauptallergene im Speichel, in Hautschuppen und im Urin. Auch bei Nagetieren befinden sich die Hauptallergene im Urin, den diese Tiere grosszügig zwecks Markierung in der Umgebung versprühen. Vögel haben gleich zwei Typen von Allergenen: Die eigentlichen Vogelallergene befinden sich im Kot. Zudem leben in ihren Federn aber auch Milben, „Parasiten“ der Vögel, die zwar nichts mit den Hausstaubmilben zu tun haben, aber ebenfalls allergische Reaktionen beim Menschen auslösen können.

Katzen- und Hundeallergen

Der Allergologe erklärt: „Gerade das Katzenallergen ist sehr hartnäckig: Zum Problem wird dies durch seine ausgezeichneten Hafteigenschaften.“ Das Eiweiss ist einerseits sehr leicht und sinkt nur langsam zu Boden. So wird es auch schnell wieder aufgewirbelt und verbleibt lange in der Raumluft. Durch die guten Hafteigenschaften bleibt es



Mit dem so genannten Prick-Test wird die Allergikerin auf verschiedene Allergene getestet. Die Haut wird angeritzt und mit einer flüssigen Lösung, welche das jeweilige Allergen enthält, benetzt. Entsteht ein Ausschlag, besteht eine Allergie.

Foto: Praxis Thomas Schweri, Biel

noch Monate nach dem Wegzug einer Katze in den Teppichen und wird via Kleider überallhin mitgenommen und verteilt. Untersuchungen haben gezeigt, dass das Katzenallergen auch in Räume transportiert wird, in denen sich niemals ein Tier aufgehalten hat. Die Hundeallergene sind nicht ganz so problematisch, da sie andere Eigenschaften haben. Hundeallergien können rassespezifisch verlaufen. Hier sollte im Einzelnen getestet werden, ob eine Sensibilisierung gegen den eigenen Hund vorliegt. „Es gibt auch bei Katzen rassespezifische Allergien“, führt Schweri aus. So könne es sein, dass jemand nur auf rothaarige Katzen reagiere, also nur auf ein spezielles Eiweiss, das rothaarige Katzen ausscheiden.



Glatter Boden ist für Allergiker besser, da sich dort der Staub weniger festsetzen kann. Ausserdem ist er leichter zu reinigen. Foto: S. Zurbuchen

Verschiedene Tests

Doch wie findet jemand mit Verdacht auf eine Allergie eigentlich heraus, worauf er wirklich reagiert? Hierfür existieren verschiedene Tests: Der einfachste ist der so genannte **Prick-Test**. Dabei wird die Haut angeritzt und mit einem Extrakt, welches das jeweilige Allergen enthält, beträufelt. Falls eine Allergie besteht, reagiert die Haut nach ein paar Minuten mit einem Ausschlag. Auch im **Blut** kann eine Sensibilisierung nachgewiesen werden, indem die Antikörper (so genannte IGE) bestimmt werden. Schliesslich kann der Arzt auch anhand einer **Staubprobe** von zu Hause einen Test durchführen.

Das Tier weggeben?

Wird eine Tierallergie diagnostiziert, bespricht der Arzt zusammen mit der Patientin oder dem Patienten die weitere Vorgehens-

weise. Dabei wird im Gespräch abgeklärt, wie stark die allergischen Symptome die Lebensqualität beeinträchtigen. Viele Allergiker/innen haben Angst, sie müssten sich als Konsequenz ihrer Krankheit von ihrem Haustier trennen. Dem ist aber nicht so. „Natürlich ist es das einfachste Mittel, ein Tier wegzugeben, um den Herd der Allergie zu entfernen. Aber viele Leute wollen ihre Tiere verständlicherweise behalten. In meiner Praxis kenne ich nur eine Frau, die ihre Katze weggegeben hat“, erzählt Thomas Schweri. Allerdings könne es bei äusserst starkem allergischem Asthma unumgänglich sein, vom Haustier Abschied zu nehmen, denn Asthma sei immer noch eine ernst zu nehmende Erkrankung. Letztlich können Tierallergien derart ausgeprägt sein, dass ein lebensbedrohender Schockzustand auftreten kann.

Prophylaxe

Bei leichteren Symptomen empfehlen Ärzte vor allem folgende prophylaktische Massnahmen: Eine wichtige Rolle spielt das Schlafzimmer, da wir Menschen rund ein Drittel unseres Lebens dort verbringen. Hat das Haustier mehrere Bezugspersonen, bzw. ist der Allergiker nicht die Hauptbezugsperson des Hundes, so sollte das Schlafzimmer für das Haustier unzugänglich gemacht werden. Hat eine allein stehende, voll berufstätige Person mit einer Allergie hingegen Wohnungskatzen, so **müssen** diese unbedingt die Möglichkeit haben, in den wenigen gemeinsamen Stunden den Kontakt mit ihrem Menschen zu pflegen. (Anmerkung der Redaktion: Ansonsten kann nicht von artgerechter Haltung für das Tier gesprochen werden. Das Schlafzimmer darf hier also nicht zur Tabuzone werden.) Dasselbe gilt auch für Welpen und erwachsene Hunde, die noch nicht gelernt haben, allein zu sein.



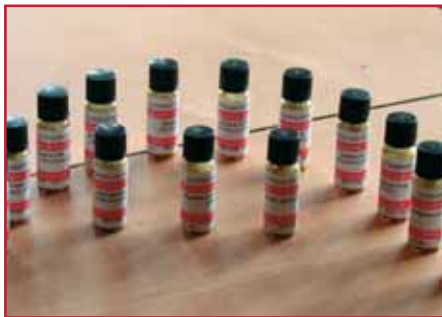
Eine Katze neben dem Plüschtier: problematisch für allergische Personen. Die Katzenallergene schweben in der Luft und bleiben an den Plüschtieren haften. Foto: S. Zurbuchen

Wichtig: Der Boden sollte glatt sein, auf keinen Fall dürfen sich Teppiche im Schlafzimmer befinden, da sich die Allergene dort festsetzen und beim Staubsaugen aufgewirbelt werden. Auch auf Vorhänge sollte verzichtet werden. Wer auf Nummer sicher gehen will, zieht die Kleider ausserhalb des Schlafzimmers aus, um die meisten Allergene draussen zu lassen. Ein regelmässiges feuchtes Aufnehmen des Bodens wird empfohlen.

Medikamente

Auch auf medikamentöser Basis kann etwas unternommen werden. „Die Medikamente müssen eingesetzt werden, solange Hinweise auf das Vorliegen einer Entzündungsreaktion bestehen“, betont Schweri. Eine Entzündungsreaktion manifestiert sich in Form von Nesselfieber, Heuschnupfensymptomen wie laufende Nase, Reizhusten und Anstrengungsatemnot bzw. eigentliches Asthma. Eingesetzt werden etwa Augentropfen, Sprays zum Inhalieren oder Antiallergika.

Im Gegensatz zu kortisonhaltigen Sprays, die nur lokal wirken, hat Kortison, das in hohen Dosen und über längere Zeit dem Körper zugeführt wird (in Tabletten- oder Spritzenform), aber starke Nebenwirkungen. Es wird deshalb von den meisten Ärzten nur zurückhaltend eingesetzt.



Die Homöopathie kann Allergieleiden behandeln, allerdings braucht es dabei etwas Geduld. Eine Behandlung dauert rund zwei bis drei Jahre.

Foto: S. Zurbuchen

Allergieimpfung

Eine weitere Behandlungsmethode, die zu Hoffnung Anlass gibt, ist die so genannte Allergieimpfung (auch unter den Begriffen Desensibilisierung, Hyposensibilisierung, Spritzenkur oder spezifische Immuntherapie bekannt). Die Allergieimpfung hat zum Ziel, den Körper ganz langsam an den Stoff zu gewöhnen, der die Allergie auslöst. Sie bewirkt im Immunsystem eine so genannte „Umstim-



Die Chinesische Medizin ist eine weitere Möglichkeit, der Allergie zuleibe zu rücken. Mittels der Pulsdiagnostik ergibt sich ein differenziertes Bild über die Energieverteilung in den Meridianen und Organen. Die eigentliche Behandlung geschieht in Form von Akupunktur und Chinesischer Pflanzenheilkunde. Foto: S. Zurbuchen

mung“. Das Immunsystem wird durch diese Therapie also so beeinflusst, dass es nicht mehr „überreagiert“, wenn es mit dem Allergen zusammentrifft. Zuerst werden nur ganz schwache Konzentrationen des Allergens gespritzt bzw. tröpfchenweise unter die Zunge gegeben (Schluckimpfung). Bei jeder weiteren Anwendung wird die Konzentration erhöht. Die Therapie erstreckt sich allerdings über einen Zeitraum von 3 bis 5 Jahren. Die Erfolgsquote liegt bei Tierallergien bei 60 Prozent.

Hoffnung, dass sich eine Allergie „verwächst“, besteht vor allem für Frauen: „Frauen erleben mehrmals in ihrem Leben eine hormonelle Umstellung, welche jeweils eine Chance birgt, eine Allergie zu verlieren. In der Pubertät und den Wechseljahren, wer Kinder hat, auch in der Schwangerschaft.“

Erhöhtes Risiko auf Grund erblicher Vorbelastung

Das Allergierisiko ist ungleich verteilt: Kinder, deren Eltern oder Geschwister bereits an Allergien leiden, haben ein höheres Risiko, ebenfalls allergische Reaktionen zu entwickeln. Die Wahrscheinlichkeit des Ausbruchs einer Allergie bei „Risikokindern“ steigt umso mehr, je weniger vorbeugende Massnahmen ergriffen werden.

Beim Vermeiden der Sensibilisierung setzt man vor allem bei Kleinkindern an. Fachleute raten zu folgenden Massnahmen:

Ernährung des Säuglings: Stillen so lange wie möglich, mindestens aber vier bis sechs Monate lang ausschliesslich. Falls dies nicht möglich ist, sollte nur allergenarme Säuglingsnahrung gegeben werden. Vermeiden von hochallergenen Nahrungsmitteln wie fri-

scher Kuhmilch, Eiern, Fisch, Nüssen, Tomaten, Zitrusfrüchten, Soja, Schokolade, Sellerie und Weizenmehl während des ganzen 1. Lebensjahres.

Rauchen: Vor und nach der Geburt für eine Umgebung ohne Tabakrauch sorgen.

Tierallergene: Wenn möglich frühen Kontakt mit Tieren vermeiden (besonders Katzen, Hunde und Meerschweinchen). (Anmerkung der Redaktion: Möchte man die Bereitschaft des Kindes prüfen, eine Tierallergie zu entwickeln, kann man dies durch gezielte Begegnungen mit Haustieren herausfinden – und zwar, bevor man ein Tier kauft.)

Hausstaubmilben: Für kühle trockene Räume und milbenundurchlässige Matratzenüberzüge sorgen. Staubfänger wie Teppiche und Vorhänge, Topfpflanzen und Polstermöbel vermeiden, glatte Böden Teppichen vorziehen. Bei Luftreinigern und Staubsaugern auf zertifizierte Filterleistungen achten.

Schimmelpilze: Klimaanlage und Luftbefeuchter regelmässig warten, da diese leicht von Schimmelpilzen befallen werden. Fleissig Lüften. Topfpflanzen mit Blumenerde vermeiden (besser: Hydrokultur). Feuchtigkeitsflecken an Wänden beseitigen.

Pollen: Bei starkem Pollenflug ab frühem Morgen die Fenster geschlossen halten. Kleider nicht im Schlafzimmer ausziehen.

Anlaufstelle für Betroffene

Die Patientenorganisation Schweizerisches Zentrum für Allergie, Haut und Asthma **aha!** ist eine unabhängige Anlaufstelle für Betroffene mit Allergie- und Hauterkrankungen. Sie bietet einfache Orientierungshilfen, arbeitet eng mit Fachleuten aus verschiedenen Richtungen zusammen und versteht sich als Schnittstelle zwischen Fachpersonen und Betroffenen. **aha!** führt dieses Jahr eine Allergiekampagne durch, unter anderem mit Gratis-Allergietests.

23. Mai 2004:
slowUp Murten, Informationsstand
20. Juni 2004:
slowUp Vallée de Joux, Informationsstand
29. August 2004:
slowUp Euroregio Bodensee
26. September 2004:
slowUp Zürichsee
Allergierisikotest-Tage sind in Basel und Zürich geplant.

Die Kampagne dauert bis September 2004. Weitere Informationen finden Sie auf www.allergiehilfe.ch
Infoline: 031 359 90 50. Mo-Fr, 9 bis 11.30 Uhr.

Interview

Was meint der Homöopath und Allgemeinmediziner?

Stefan Bur ist Homöopath und Arzt für Allgemeine Medizin und führt zusammen mit Peter Zurlinden in Biel eine Gemeinschaftspraxis

Was meint der Spezialarzt für Akupunktur und Allgemeinmediziner?

Peter Stähli ist Spezialarzt für Akupunktur und Chinesische Medizin sowie Arzt für Allgemeine Medizin. Er führt mit einem anderen Schweizer Kollegen und zwei chinesischen Ärzten das Akupunkturzentrum in Biel.

SHM: Gibt es alternative Behandlungsmethoden bei Tierallergien?

Stefan Bur: Ja, die gibt es: die Homöopathie. Aber die Behandlung ist nicht einfach und sehr zeitaufwändig. Betroffene müssen sich bewusst sein, dass eine entsprechende Behandlung meistens rund zwei bis drei Jahre dauert. Dies, da Tierallergiker/innen oft auch noch auf andere Dinge wie etwa Pollen oder Hausstaubmilben allergisch sind, was die Sache komplex macht. Und: Die Person sollte in der Zeit der Behandlung den Kontakt mit den Allergenen möglichst meiden.

Peter Stähli: Ja, absolut. Wir wenden in erster Linie die Akupunktur zur Behandlung von Allergien an, oft ergänzt mit der so genannten Schröpftechnik. In manchen Fällen kann es auch angebracht sein, die Chinesische Arzneimittelkunde zu Hilfe zu ziehen.

Wie sieht die Behandlung von Ihrer Seite konkret aus?

Es existieren verschiedene Mittel: solche für den akuten Zustand, andere, um das chronische Problem – das so genannte Terrain – zu behandeln. Meistens nimmt der Patient oder die Patientin nicht verschiedene Mittel gleichzeitig, sondern hintereinander, und zwar immer auf Grund der Symptome.

Als Erstes wird eine ausführliche Befragung durchgeführt. Der Arzt schaut sich ausserdem die Beschaffenheit und Farbe von Zungenkörper und Zungenbelag an, um das energetische Ungleichgewicht zu erkennen. Mittels einer Pulsdiagnostik ergibt sich ein differenziertes Bild über die Energieverteilung in den Meridianen und Organen. Die Behandlung selbst dauert rund 4 bis 5 Wochen, in denen 8 bis 12 Behandlungen vorgenommen werden. Ziel ist es, das Kräfteungleichgewicht zu beheben.

Arbeiten Sie diesbezüglich auch mit der Schulmedizin zusammen?

Ja, die Behandlung basiert auf homöopathischen und konventionellen Methoden. So muss bei Asthma unbedingt ein Asthmamedikament eingenommen werden, bei akuten allergischen Beschwerden verschreibe ich ein Antihistaminikum.

Wenn es nötig ist, ja. Gerade wenn jemand ein schweres allergisches Asthma hat, ist es nötig, dass dieser ein kortisonhaltiges Inhalationsmedikament einnimmt. Zusammen mit dem behandelnden Facharzt wird dann besprochen, zu welchem Zeitpunkt der Behandlung das Medikament reduziert oder gar abgesetzt werden könnte. Bei den meisten Personen mit allergischen Symptomen ist der Miteinbezug der Schulmedizin aber gar nicht nötig.

Raten Sie auch, Haustiere wegzugeben, wenn eine Person allergisch darauf reagiert?

Wenn die Allergie sehr stark ist, ist es oft besser, das Tier nicht zu behalten. Schliesslich muss das aber jeder für sich entscheiden. Wichtig scheint mir, dass zumindest das Schlafzimmer plus vielleicht noch ein zweites Zimmer für das Tier nicht zugänglich sind.

Ein Haustier hat immer einen emotionalen Wert für einen Menschen. Das Weggeben eines Tieres wäre aus meiner Sicht deshalb eine übertriebene Reaktion, ausser bei schwerem allergischem Asthma. Ich rate den Patientinnen und Patienten eine Bereichstrennung in ihrer Wohnung oder ihrem Haus. Das Schlafzimmer sollte für das Tier nicht zugänglich sein, Hunde könnten ihr Plätzchen ausserhalb der Wohnräume haben.

Schildern Sie ein erfolgreiches Beispiel aus Ihrer Praxis.

Ich erinnere mich an eine Frau mit starker Pferdehaarallergie und Asthma. Nach der homöopathischen Therapie geht es ihr jetzt deutlich besser.

Eine Frau reagierte mit Asthma auf ihren Hund. Ich behandelte sie mit Akupunktur und riet ihr zu einer Bereichstrennung im Haus. Schon nach einem Monat hatten die Asthmaanfälle aufgehört. Die Symptome kamen auch nicht wieder, wenn die Frau mit ihrem Hund zusammen war.