



Beratungsleitfaden Allergie und Heuschnupfen

Fragen für das Beratungsgespräch:

Für wen ist das Mittel? Welche Beschwerden bestehen (Nase und/oder Augen)? Wie stark ist die Ausprägung der Beschwerden? Wann treten diese auf? Wie häufig treten diese auf? Ist der Auslöser bekannt? Wurde bereits etwas unternommen? Gibt es Unverträglichkeiten? Gibt es Begleiterkrankungen wie z. B. Asthma oder Neurodermitis? Werden andere Medikamente eingenommen? (Manche Medikamente können allergische Reaktionen auslösen.)

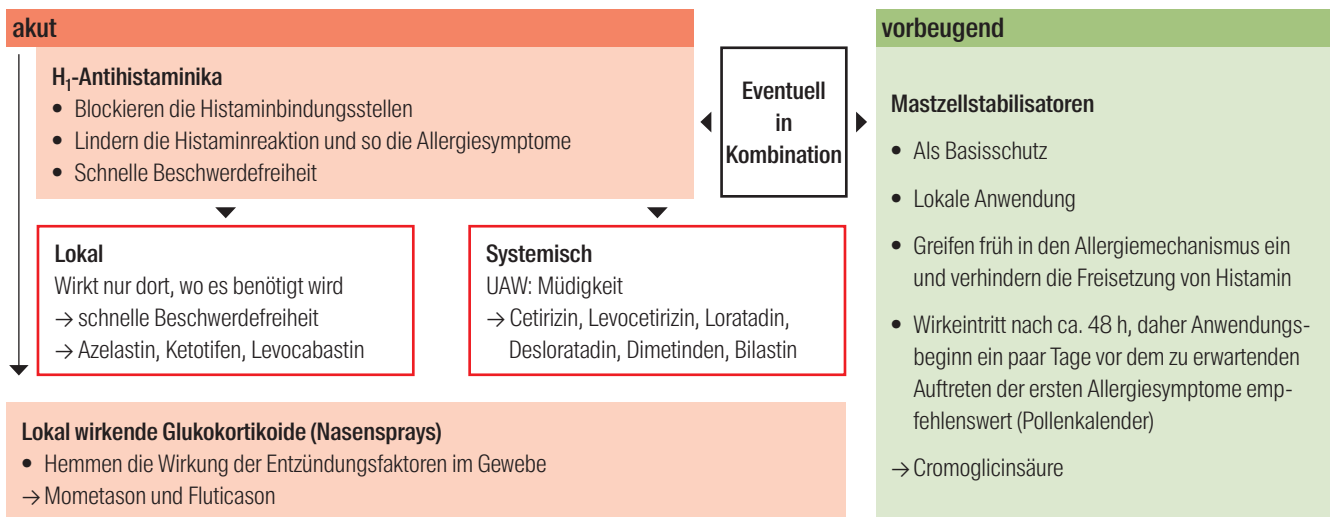
Symptome:

Niesreiz, Nasenjucken, Fließschnupfen, verstopfte Nase und/oder juckende, tränende, brennende Augen

Wann zum Arzt?

Bei starken, belastenden Beschwerden, Bronchospasmen, Anaphylaxie; Kinder sowie schwangere und stillende Frauen.

Therapie in der Selbstmedikation:



Heuschnupfen

Hinweise:¹

- Bei leichten bis mittelschweren Beschwerden sind orale H₁-Antihistaminika oder intranasale Glukokortikoide Mittel der 1. Wahl (Patientenpräferenz mit einbeziehen).
- Bei schweren Beschwerden sind intranasale Glukokortikoide Mittel der 1. Wahl.
- Orale H₁-Antihistaminika der 1. Generation sollten aufgrund ihrer sedierenden Wirkung vermieden werden.
- Alpha-Sympathomimetika nur für einen sehr kurzen Zeitraum anwenden.

Zusatztipps:

- Früh (vor allem in der Stadt) oder spät (vor allem auf dem Land) stoßlüften – ständiges Lüften vermeiden.
- Kleidung regelmäßig wechseln und sofort waschen.
- Im Freien Sonnenbrille tragen → schützt gereizte Augen.
- Autofahrten mit offenen Fenstern vermeiden.
- Keine Teppiche, täglich staubsaugen und feucht durchwischen.
- Vor dem Zubettgehen Haare waschen.

¹ ARIA-Leitlinie 2019: Behandlung der allergischen Rhinitis im deutschen Gesundheitssystem. Online abrufbar unter: <https://www.wehrmann-derma.de/uploads/n2LnZiz/ARIA-Leitlinie2019BehandlungderAllergischenRhinitis.pdf>