

# Allergieprävention

## Was sagt die aktualisierte S3-Leitlinie?

**NG | Die anhaltend hohe Prävalenz allergischer Krankheiten in den westlichen Industrienationen und die eingeschränkten kausalen Therapiemöglichkeiten machen eine evidenzbasierte Primärprävention erforderlich. Aufgrund dessen wurde nun die S3-Leitlinie Allergieprävention<sup>1</sup> aktualisiert.**

Bei der Entwicklung immunologischer Toleranz gegen Nahrungs- und Umweltallergene spielt die Biodiversität eine große Rolle. Es gibt Hinweise, dass das Aufwachsen auf einem Bauernhof mit einem geringeren Risiko für Asthma und allergische Erkrankungen einhergeht. Grund dafür könnte eine frühzeitige unspezifische Immunstimulation durch die größere mikrobielle Biodiversität des Hausstaubs in diesem Umfeld sein. Dies spiegelt sich in der Empfehlung zur Tierhaltung wider: Ist in Familien kein erhöhtes Allergierisiko vorhanden, soll die Haustierhaltung nicht eingeschränkt werden. Gibt es bereits ein direktes Familienmitglied, das von einer Allergie betroffen ist, oder ein Kind mit atopischer Dermatitis, sollte von einer Katzenhaltung abgesehen werden – auf eine Hundehaltung muss dagegen nicht verzichtet werden.

Die aktive und passive Exposition gegenüber Tabakrauch begünstigt das Allergierisiko und sollte vermieden werden. Ähnliches gilt für die Exposition gegenüber Stickoxiden, Ozon und Feinstaub – diese erhöhen das Risiko für Asthma.

### Frühzeitige Allergieprävention

Wichtig bei der Allergieprävention ist eine ausgewogene, abwechslungsreiche und bedarfsdeckende Ernährung von Müttern während der Schwangerschaft und Stillzeit. Der positive Effekt gezielter Lebensmittel konnte nicht bestätigt werden. Es wird empfohlen, in den ersten 4–6 Monaten ausschließlich zu stillen und bei Einführung der Beikost das Stillen beizubehalten. Es liegen Ergebnisse vor, dass auf kuhmilchbasierte Formulanahrung verzichtet werden sollte. Dies zeigt eine Untersuchung, die die Gabe einer Aminosäureformula im Vergleich zu einer Kuhmilchformula betrachtete. Die Gabe ersterer war mit einer Risikosenkung für das Auftreten einer Kuhmilchsensibilisierung und -allergie assoziiert. Zudem ist es nicht mehr ausreichend, hydrolysierte Säuglingsnahrung bei nicht gestillten

Risikokindern zu füttern. Es soll nach Möglichkeit eine Säuglingsanfangsnahrung hinzugezogen werden, deren allergiepräventiver Effekt nachgewiesen wurde. Zur Prävention von Hühnereiallergien wird laut Leitlinie der Europäischen Akademie für Allergologie und klinische Immunologie empfohlen, ein verbackenes oder hartgekochtes Hühnerei regelmäßig mit der Beikost zuzufüttern – jedoch kein Rührei oder rohes Hühnerei. Zur Prävention von Erdnussallergien im deutschsprachigen Raum wird Folgendes formuliert: *„In Familien mit regelmäßigem Erdnusskonsum kann einer Erdnussallergie bei Säuglingen mit atopischer Dermatitis mit Hilfe regelmäßiger Gabe von erdnusshaltigen Lebensmitteln vorgebeugt werden. Dies muss in altersgerechter Form stattfinden, wie z. B. mit Erdnussbutter. Im Vorfeld sollte bei Säuglingen mit moderater bis schwerer atopischer Dermatitis eine Erdnussallergie ausgeschlossen werden. Maßnahmen, um die Hausstaubmilbenallergien gering zu halten, z. B. durch milbenallergendichte Matratzenüberzüge, sollten nicht im Rahmen einer primären Allergieprävention umgesetzt werden.“*

Wegen fehlender Evidenz der allergiepräventiven Wirksamkeit von Prä- und Probiotika sowie Vitamin D und anderen Vitaminen spricht sich die Leitlinie nicht für die Supplementierung aus. Derzeit gibt es keinerlei Hinweise darauf, dass Impfungen das Allergierisiko erhöhen – im Gegenteil: Impfungen sollen das Allergierisiko senken. Nicht nur Risikokinder, sondern alle Kinder sollen nach STIKO-Empfehlungen geimpft werden.

### DAP Übersichtsposter

Es gibt eine Vielzahl unterschiedlicher Therapieoptionen bei der Behandlung einer allergischen Rhinitis. Eine Übersicht über wichtige Produktangaben und Tipps bei der Beratung bietet Ihnen das aktuelle Poster zur allergischen Rhinitis/Konjunktivitis, das dieser Ausgabe beiliegt.



Übersichtsposter „Allergische Rhinitis/  
Konjunktivitis“:

[www.OTCdialog.de/7367](http://www.OTCdialog.de/7367)

<sup>1</sup> S3-Leitlinie Allergieprävention – Stand 11. November 2022: [www.OTCdialog.de/7368](http://www.OTCdialog.de/7368)