



Yasmin Niederstenschée,
Fachredakteurin Komplementärmedizin

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

allein in Deutschland leiden Schätzungen zufolge 20 bis 30 Millionen Menschen unter einer Allergie – Tendenz steigend. Experten sprechen daher seit längerem von einer Allergie-Epidemie. Insbesondere in westlichen Industrienationen sind Allergien auf dem Vormarsch – vor allem Heuschnupfen und Asthma. Ich selbst habe mehrere Heuschnupfgeplagte in meiner Familie. Permanentes Schniefen, Niesen und Nasenputzen – in Coronazeiten natürlich so leise und unauffällig wie möglich – gehören da zum Alltag. Mich haben die Pollen bislang zum Glück verschont.

Warum das Immunsystem bei manchen Menschen überempfindlich auf vermeintlich harmlose Stoffe reagiert, ist bislang noch unklar. Inzwischen sind jedoch einige Risikofaktoren bekannt, die allergiefördernd wirken. Hierzu zählen unter anderem die Folgen des Klimawandels: Steigende Durchschnittstemperaturen bewirken, dass die Blütezeit bestimmter Pflanzen immer früher beginnt. Dadurch verlängert sich der Pollenflug und damit auch die Leidenszeit der betroffenen Allergiker. Zuletzt verzeichneten die Messgeräte der Stiftung Deutscher Polleninformationsdienst bereits Ende Dezember die ersten allergenen Pollen in der Luft [1]. Unverhoffte Linderung verschaffen in diesen Zeiten übrigens unsere Atemschutzmasken – sie verringern die Menge an Pollen, die eingeatmet werden [2].

Die Pollenproduktion nimmt jedoch nicht nur durch den Anstieg der Lufttemperatur, sondern auch durch die höhere CO₂-Konzentration in der Atmosphäre zu. Außerdem belasten Luftschadstoffe wie Ozon und

Feinstaub unser Immunsystem immer stärker. Allergologen rechnen daher mit einem weiteren Anstieg sowie einem zunehmenden Schweregrad von allergischen Atemwegserkrankungen [3].

Die Entwicklung ist beunruhigend. Trotzdem wird der Ernst der Lage bislang unzureichend erkannt. Noch immer werden Allergien vielfach verharmlost und nicht als ernstzunehmende chronische Erkrankung wahrgenommen. Nur ein Bruchteil aller allergischen Patienten in Deutschland wird adäquat behandelt [4].

Um eine bessere Gesundheitsversorgung zu gewährleisten, ist auch die Komplementärmedizin mit ihrer ganzheitlichen Betrachtungsweise von Diagnose und Behandlung gefordert. In dieser Ausgabe stellen wir Ihnen daher einige Therapiemöglichkeiten vor, die Betroffenen Hoffnung auf Besserung geben.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen freies Durchatmen und viel Vergnügen mit unserer Februar-Ausgabe!

Ihre Yasmin Niederstenschée

[1] www.pollenstiftung.de

[2] www.tk.de

[3] www.allergieinformationsdienst.de

[4] www.allergiecheck.de