

Anaphylaxie: «Niemand ist vor ei

Die Anaphylaxie ist die schwerste Form einer allergischen Sofortreaktion. Sie tritt innerhalb weniger Minuten nach dem Kontakt mit einer allergieauslösenden Substanz (Allergen) auf und kann zu lebensbedrohlichen Zuständen führen. Der Allergologe Arthur Helbling erklärt, wie Betroffene und Angehörige im Notfall rasch und gezielt handeln können.

Sprechstunde: *Wie kommt es zu einer schweren allergischen Sofortreaktion?*

Arthur Helbling: Sie wird durch eine explosionsartige Freisetzung von Botenstoffen wie Histamin aus bestimmten Immunzellen der Haut, der Schleimhäute und des Bluts ausgelöst. Fast immer sind mehrere Organsysteme betroffen, meist Haut und Schleimhäute, die Atemwege, der Magen-Darm-Trakt und das Herz-Kreislauf-System. Innerhalb kürzester Zeit können lebensgefährliche Symptome auftreten.

Woran erkennen Laien eine allergische Schockreaktion?

Zuerst wird es dem Betroffenen «komisch» und er spürt, dass etwas Bedrohliches passiert. Im typischen Verlauf kommt es oft zu einem starken Juckreiz an Handflächen und Fusssohlen sowie auf behaarten Körperregionen, am Kopf, unter den Achseln oder im Schambereich. Die Schleimhäute schwellen an, die Augen verengen sich zu Schlitz;

Lippen, Ohren, Arme und Beine sind stark aufgequollen. Häufig tritt zunehmende Atemnot ein. Der Blutdruck fällt, der Kreislauf kann zusammenbrechen und man verliert das Bewusstsein.

Welches sind die häufigsten Auslöser?

Die häufigsten Auslöser sind Insektenstiche, Nahrungsmittel und Medikamente. Manchmal tragen auch Kofaktoren wie Ärger, Stress oder grosse Freude, körperliche Anstrengung, Alkoholgenuss, Wärme oder Kälte zur Entwicklung einer allergischen Schockreaktion bei. So kann man beispielsweise während des Sports nach dem Verzehr von Nüssen oder eines Weizenriegels eine schwere allergische Reaktion erleiden, obwohl man diese Zwischenmahlzeiten sonst gut verträgt.

Bei welchen Personen kann eine Anaphylaxie auftreten?

Niemand ist vor einer solchen Reaktion gefeit. Gefährdet sind in

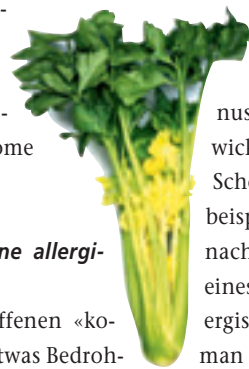
erster Linie Personen, die schon einmal eine anaphylaktische Reaktion erlitten haben, die eher älter sind und die Medikamente wie Betablocker oder ACE-Hemmer benötigen. Einige Allergiker neigen zu Kreuzreaktionen. Wer etwa gegen Birkenpollen allergisch ist, kann beim Verzehr von Hasel- oder Baumnüssen eine Anaphylaxie erleiden, weil sich die Allergene in Pollen und Nüssen ähneln. Sind Bienen- oder Wespengifte die Auslöser, spielt auch die Häufigkeit der Stiche eine Rolle. Imker sind gefährdeter als jemand, der nur selten gestochen wird.

Welche Insektenstiche sind am gefährlichsten?

In der Schweiz führen vor allem die Gifte von Bienen und Wespen zu allergischen Reaktionen, da kann ein einzelner Stich genügen. Aber auch wenn keine Allergie besteht, können Stiche gefährlich sein, zum Beispiel wenn man im Mund- oder Rachenbereich gestochen wird, etwa beim Trinken aus einer Getränkedose.

Welches sind die wichtigsten Massnahmen im Notfall und wer muss darüber Bescheid wissen?

Es ist wichtig, dass jeder, der bereits eine anaphylaktische Reaktion erlitten hat, ein Notfallset bei sich trägt. Wer auf Insektengifte allergisch reagiert, sollte nach einem Stich sofort ein Antihistaminikum und ein Kortisonpräparat einnehmen. Treten Symptome auf, muss unverzüglich auch die Adrenalinertigspritze angewendet werden. Sind Nahrungsmittel oder Medikamente die Auslöser, ist die Behandlung gleich. Zusätzlich zur Selbsthilfe soll immer der Hausarzt oder ein Notarzt gerufen werden, damit allen-



Die häufigsten Auslöser einer allergischen Sofortreaktion

Insektengifte	Bienen und Wespen (Hornissen und Feldwespen seltener in der Schweiz)
Nahrungsmittel	Erdnüsse, Walnüsse, Haselnüsse, Cashewnüsse, Pistazien, Fisch und Krustentiere, Sellerie
Medikamente	Schmerzmittel wie Voltaren, Ibuprofen, Aspirin Antibiotika wie Penicilline und Cephalosporine Röntgenkontrastmittel, Narkosemittel
Weitere Auslöser	Latex Allergene im Rahmen der Desensibilisierungstherapie
Mitverursachende Begleitumstände (Kofaktoren)	körperliche Anstrengung, Stress, Ärger, Freude, Kälte, Wärme, Alkoholgenuss

iner solchen Reaktion gefeit»



falls weitere Schritte eingeleitet werden können.

Angehörige, Freunde, Trainer, Lehrer und Mitschüler sollten ebenfalls über die Notfallmassnahmen informiert werden. So können sie rasch handeln, wenn der Betroffene selbst dazu nicht in der Lage ist.

Wie kann man als Betroffener einer erneuten Anaphylaxie vorbeugen?

Am wichtigsten ist es, die Ursache einer Reaktion zu kennen. Deshalb ist eine Abklärung beim Allergologen zu empfehlen, am besten innerhalb eines Monats nach der Reaktion. Auf dieser Grundlage kann man gezielter vorbeugende Massnahmen treffen. Ausserdem kann der Allergologe über mögliche Gefahrensituationen informieren und dem Patienten den Umgang mit den Notfallmedikamenten und der Adrenalin Fertigspritze zeigen.



Ist eine Desensibilisierung möglich?

Bei Allergien gegen Insektengifte kann

eine Desensibilisierung durchgeführt werden. Bei Nahrungsmitteln ist dies nicht möglich und bei Medikamenten nur unter gewissen Umständen. Hier hilft das Meiden der Auslöser.

Wie gut sind gefährdete Personen über die allergische Sofortreaktion informiert?

Die meisten Patienten sind zu wenig über die Gefahren und die erforderlichen Notfallmassnahmen instruiert. Derzeit versucht man, möglichst viele Personen im öffentlichen Leben wie Kindergärtnerinnen, Restaurantbetreiber und Köche, Sporttrainer und Lehrer entsprechend darauf aufmerksam zu machen.

Sind Anaphylaxiepatienten gut versorgt?

Hier müssen wir uns verbessern. Zum einen muss Adrenalin in angemessener Dosierung im Notfall rascher, auch bei den ersten Anzeichen, eingesetzt werden. Zum anderen sollten Patienten nach einer Anaphylaxie allergologisch



FOTOS: ZVG, ISTOCK

Hauterscheinung bei einer schweren allergischen Reaktion.

abgeklärt werden. Eine Datenauswertung im Jahr 2008 im Zieglerspital Bern ergab, dass von den Patienten, die bereits wiederholt eine schwere allergische Sofortreaktion erlitten hatten, nicht einmal ein Drittel ein Notfallset und kein einziger eine Adrenalin Fertigspritze besass.

Herr Helbling, wir danken Ihnen für dieses Gespräch.

Das Interview führte Petra Stölting.

Das Notfallset

Es enthält Medikamente sowie eine Adrenalin Fertigspritze und wird vom Arzt verschrieben.

Medikament	Wirkung	Anwendung
Adrenalin	wirkt schnell, normalisiert die Herzfunktion, steigert den Blutdruck und erweitert die Bronchien	wird über eine Fertigspritze in die Haut am Oberschenkel oder am Oberarm verabreicht
Anti-histaminikum	schwächt die Wirkung des Histamins, des wichtigsten Entzündungsbotschaftsstoffes; die Wirkung tritt nach etwa einer halben Stunde ein	wird als Tropfen oder Tablette eingenommen
Kortisonpräparat	bekämpft die Entzündungsreaktionen und beginnt nach etwa 4 Stunden zu wirken	wird als Tropfen oder Tablette eingenommen



Prof. Dr. med. Arthur Helbling ist Leiter der Allergiestation Spital Netz Bern Ziegler und Leitender Arzt der Allergologisch-Immunologischen Poliklinik des Inselspitals Bern.