



Salben oder Baden statt Kratzen. Fragen Sie in Ihrer Drogerie nach natürlichen Mitteln gegen Juckreiz und Rötung.

Nesselfieber ist zwar quälend, aber harmlos

Ihre Haut juckt, ist gerötet und mit Quaddeln übersät? Das kann ein Hinweis auf Nesselfieber sein. Doch keine Angst: Eine solche Urtikaria ist gut behandelbar.

Haut, die aussieht, als hätte sie Bekanntheit mit einer Brennnessel gemacht, leidet meist an einer Urtikaria. Typisch für diese Krankheit, die auch Nesselfieber genannt wird, sind Hautschwellungen (sogenannte Quaddeln), begleitet von quälendem Juckreiz.

Betroffen sind vorwiegend Erwachsene. **Sereina Maibach** von der Stiftung aha! Allergiezentrum Schweiz: «Es wird ge-

schätzt, dass jeder Fünfte mindestens einmal im Leben an einer Urtikaria-Episode leidet. Frauen sind etwa doppelt so häufig betroffen wie Männer.» Der oft heftige Juckreiz wird durch Kratzen noch verstärkt. «Die Hautreaktionen entstehen durch körpereigene Stoffe, wie beispielsweise Histamin.» Dieses stammt aus wichtigen Zellen des Immunsystems, den sogenannten Mastzellen.

Akute und chronische Form
Die häufigste Form ist die akute Urtikaria. «Sie entwickelt sich plötzlich und dauert in der Regel nur wenige Stunden bis Tage», sagt Maibach. Meistens sind, vor allem im Kindesalter, akute virale Infekte (infektassoziierte Urtikaria) die Ursache. Die Hautveränderungen können aber auch durch eine allergische Reaktion, beispielsweise durch einen Wespen-

oder Bienenstich, ein Nahrungsmittel oder ein Medikament, verursacht werden (allergische Urtikaria). «Während die Quaddeln bei einer Allergie meist nach Stunden wieder abklingen, treten sie bei einem Infekt oft über Tage auf und verschwinden erst nach ein bis zwei Wochen wieder», sagt Maibach.

Die chronische Form ist meist nicht allergisch bedingt und die Symptome dauern oft länger als sechs Wochen. «Eine chronische Urtikaria kann entstehen, wenn das Immunsystem zum Beispiel nach einem Infekt Antikörper gegen sich selbst herstellt und dadurch die Mastzellen in der Haut und im Gewebe angeregt werden.» Oft spielen aber auch physikalische Reizfaktoren wie Kälte und Wärme (starke Temperaturunterschiede) oder mechanische Reizungen wie Druck und Reibung (zum Beispiel durch Kleider) eine wichtige Rolle. Körperliche Belastung (Sport) oder psychischer Stress können die Nesselsucht zudem verstärken.

Keine Ansteckungsgefahr

Häufig haben Betroffene auch Schwellungen und Wassereinlagerungen im Unterhautgewebe. «In seltenen Fällen können auch Schleimhäute im Mund, im Rachen oder am Kehlkopf betroffen sein, was zu lebensbedrohenden Atemproblemen führen kann», sagt Maibach. Die Symptome entwickeln sich meist sehr schnell, oft innerhalb weniger Minuten nach Kontakt mit dem Auslöser. Sie können aber auch erst nach ei-

nigen Stunden auftreten. In der Regel ist Nesselfieber jedoch harmlos und nie ansteckend.

Symptome lindern

«Wenn nur Hautsymptome auftreten, genügt eine Behandlung mit einem Antihistaminikum in Tabletten- oder Tropfenform», sagt Maibach. Ist der Schub sehr akut und besteht ein lebensbedrohender Zustand, kann der Arzt dem Patienten das Antihistaminikum direkt in die Vene spritzen. Antihistaminika blockieren die Wirkung des freigesetzten Histamins. Zusätzlich bekommen Betroffene oft ein Kortisonpräparat, damit der Schub weniger lange dauert. Beide Medikamente muss ein Arzt verschreiben.

Hilfe aus der Drogerie

Aber auch auf natürlichem Weg lässt sich Nesselfieber gut und gezielt behandeln. Drogistin **Barbara Kummer** von der Drogerie Grenchen Süd: «Homöopathisch helfen gegen die Symptome bei der akuten Form äusserlich *Cardiospermum* sowie *Rhus tox.* oder *Mercurius*.» Gegen die Rötung und Entzündung der Haut können Sie Schüssler-Salz Nr. 3, gegen die Bläschenbildung Schüssler-Salz Nr. 8 einsetzen. «Bei starkem Juckreiz wirkt auch das Schüssler-Salz Nr. 7 sehr gut», sagt Kummer. Gegen den Juckreiz helfe zudem eine hautberuhigende Lotion mit Menthol, die einen kühlenden Effekt habe.

Bei einer allergisch bedingten Nesselsucht ist es primär wichtig, den Auslöser

zu meiden. Zudem können Sie die gereizte Haut baden (mit hautneutralen Zusätzen) und mit Hamamelis-Lotion einreiben. Wer auf Kälte empfindlich reagiert, kann bei Bedarf einen Kälteschutz auf die Haut auftragen.

Um den Stoffwechsel zu unterstützen, empfiehlt die Drogistin Goldrute (für die Nieren) und Löwenzahn (unterstützt die Leber). Phytotherapeutisch können Sie gegen die quälenden Symptome laut Kummer *Cardiospermum*, Stiefmütterchen, Hamamelis oder Kamille einsetzen.

Text: Silvia Stähli-Schönthaler

Foto: fotolia.com

Information und Beratung

Eine Infobroschüre zu Urtikaria können Sie bei aha! Allergiezentrum Schweiz kostenlos beziehen: Download unter www.aha.ch (Leben mit Allergien/Infothek). Zudem können sich Interessierte über die aha!infoline, Tel. 031 359 90 50, kostenlos beraten lassen.

aha! Allergiezentrum Schweiz, Scheibenstrasse 20, 3014 Bern, info@aha.ch, www.aha.ch

Produkte aus der Drogerie* Anzeige

WUNDE, der pflanzliche Wundspray

Der innovative Wundspray WUNDE wirkt antimikrobiell, fördert die Wundheilung, unterstützt die Hautregeneration und ermöglicht einen schmerzarmen Verbandwechsel. WUNDE kann direkt auf die gereinigte Wunde gesprayed werden. Zur Behandlung von Schürf- und Schnittwunden, Verbrennungen und Hautdefekten bei Hauterkrankungen.

ebi-pharm ag



Holle Pouchy-Sortiment: 100 % Früchte und Gemüse

Die neuen Pouchy-Frucht- und Gemüsepürees von Holle bieten kleckerfreien Genuss in bester Demeter-Qualität, fein püriert, ohne jegliche Zusatzstoffe und ungesüsst. Für fruchtige Abwechslung sorgen 13 Geschmacksrichtungen aus 100 % Obst oder Gemüse bzw. Obst und Getreide. Sie sind eine ideale Mahlzeit für zwischendurch und unterwegs, nicht nur für Kinder.

Holle baby food GmbH



*Lassen Sie sich in Ihrer Drogerie beraten und lesen Sie die Packungsbeilage. www.swissmedicinfo.ch

Auf dieser Seite stellen Inserenten Produkte aus ihrem Angebot vor. Der Inhalt dieser Texte liegt ausserhalb der redaktionellen Verantwortung.