

## Hyposensibilisierung – langfristige Hilfe bei Atemwegsallergien

Die Hyposensibilisierung, auch **spezifische Immuntherapie (SIT)** genannt, ist eine bewährte Methode zur Behandlung von Atemwegsallergien. Sie hilft, das Immunsystem an die allergieauslösenden Stoffe (Allergene) zu gewöhnen, sodass es weniger stark oder gar nicht mehr darauf reagiert. Diese Therapie kann Beschwerden erheblich lindern und das Risiko reduzieren, dass sich eine allergische Erkrankung wie Heuschnupfen zu allergischem Asthma entwickelt.

### Wann wird eine Hyposensibilisierung empfohlen?

Die Hyposensibilisierung eignet sich besonders für Patientinnen und Patienten, die:

- an **Heuschnupfen** durch Pollen (z. B. Gräser, Bäume oder Kräuter) leiden,
- eine **Hausstaubmilbenallergie** haben,
- auf **Tierhaare** allergisch reagieren (in bestimmten Fällen),
- keine ausreichende Besserung durch Medikamente erzielen oder diese langfristig vermeiden möchten.

### Wie funktioniert die Hyposensibilisierung?

Die Behandlung zielt darauf ab, das Immunsystem langsam an das Allergen zu gewöhnen. Dazu wird das Allergen in kontrollierter und anfangs sehr geringer Dosis verabreicht. Im Laufe der Zeit wird die Dosis schrittweise erhöht, um eine Toleranz zu entwickeln.

Es gibt zwei Hauptmethoden:

#### 1. Subkutane Immuntherapie (SCIT) – „Allergiespritze“

- Das Allergen wird in regelmäßigen Abständen (meist wöchentlich zu Beginn, später monatlich) als Injektion unter die Haut verabreicht, meist in den Oberarm.
- Diese Methode wird in der Arztpraxis durchgeführt, da die Patienten nach der Spritze etwa 30 Minuten zur Beobachtung bleiben müssen, um mögliche Nebenwirkungen auszuschließen.

#### 2. Sublinguale Immuntherapie (SLIT) – „Allergietablette“ oder Tropfen

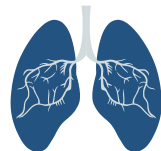
- Das Allergen wird in Form von Tropfen oder Tabletten unter die Zunge gegeben, wo es einige Minuten verbleibt, bevor es geschluckt wird.
- Diese Methode wird oft bei Pollen- und Hausstaubmilbenallergien angewendet und kann zu Hause durchgeführt werden, nachdem die erste Gabe unter ärztlicher Aufsicht erfolgt ist.

### Wie lange dauert die Behandlung?

Die Hyposensibilisierung ist eine langfristige Therapie, die in der Regel über **drei Jahre** hinweg durchgeführt wird. Erste Besserungen treten oft schon nach wenigen Monaten auf, eine vollständige Wirkung zeigt sich jedoch meist erst im weiteren Verlauf.

### Ist die Hyposensibilisierung sicher?

Die Hyposensibilisierung gilt als gut verträglich und sicher. Gelegentlich können leichte Nebenwirkungen auftreten, wie:



- Rötung oder Juckreiz an der Injektionsstelle (bei SCIT).
- Juckreiz oder ein leichtes Kribbeln im Mund (bei SLIT).
- Selten treten stärkere allergische Reaktionen auf, weshalb die Therapie immer unter ärztlicher Kontrolle gestartet wird.

#### Was können Sie selbst tun?

- **Geduld haben:** Die Therapie erfordert Zeit und Konsequenz, aber die Ergebnisse lohnen sich.
- **Regelmäßigkeit einhalten:** Befolgen Sie den Behandlungsplan genau, um die bestmögliche Wirkung zu erzielen.
- **Zusätzliche Allergenkenz:** Auch während der Therapie ist es wichtig, den Kontakt mit Allergenen so weit wie möglich zu vermeiden.