

Hatschi, der Frühling ist da!

Kaleido informiert

Veröffentlicht am 07.05.2021 um 09:39 Uhr

Wenn nach dem Winter die ersten Pflanzen sprießen, beginnt nicht nur der Frühling, sondern auch eine leidvolle Zeit für viele Allergiker. Menschen mit Heuschnupfen müssen nun ständig niesen und ihre Augen tränen.



Wenn die ersten Pflanzen sprießen, treibt das vielen Allergikern die Tränen in die Augen. | Foto: Alina Demidenko / stock.adobe.com

„Schuld“ daran hat unser Immunsystem, das unseren Körper vor Krankheitserregern schützt. Bei Menschen mit Allergien hält das Immunsystem bestimmte Stoffe, zum Beispiel Pollen von Pflanzen, für eine Krankheit und versucht wortwörtlich aus Leibeskräften, diese abzuwehren. Es kommt zu heftigen Niesattacken, geschwollenen Schleimhäuten und tränenden Augen – und das, obwohl man gar nicht „richtig“ krank ist. Betroffene fühlen sich häufig trotzdem elend – kein Wunder, denn es ist wirklich unangenehm, wenn die schöne Zeit des Frühlings sich körperlich so bemerkbar macht.

Wenn du selbst eine Pollenallergie hast, solltest du im Frühling darauf achten, richtig zu lüften: Wohnst du auf dem Land, lüftest du am besten abends, in der Stadt besser morgens. Wissenschaftler haben nämlich herausgefunden, dass der Pollenflug sich in der Stadt anders verhält als auf dem Land. Außerdem kannst du deine Eltern bitten, spezielle Pollenschutz-Gitter an deinem Fenster anzubringen, die Pollen „einfangen“ und so dafür sorgen, dass sie sich nicht in deinem Zimmer breit machen. Du wirst es vielleicht nicht gern hören, aber es ist wichtig, dass du dein Zimmer sauber hältst und regelmäßig von Staub (und Pollen) befreist. Wenn du am Tag viel Zeit draußen verbracht hast, dusche oder bade am besten vor dem Zubettgehen, damit du Pollen, die sich an deinem Körper und besonders in deinen Haaren gesammelt haben, nicht mit ins Bett nimmst. Spezielle Nasenduschen können helfen, Pollen aus der Nase zu entfernen. Die Anwendung scheint erst mal schwierig, ist aber ganz einfach, wenn man einmal den Dreh raus hat. Wenn all das keine Wirkung zeigt und du noch immer mit Schnupfen, Husten und Co. zu kämpfen hast, können vielleicht Medikamente die gewünschte Linderung bringen. Sprich dazu aber auf jeden Fall vorher mit deinem Hausarzt und mach bitte keine Experimente.

Neben dem Heuschnupfen gibt es übrigens noch viele andere Allergien, die meisten davon sind jahreszeitunabhängig. Manche Menschen reagieren allergisch auf bestimmte Lebensmittel, Hautausschläge und Atemnot können die Folge sein. Wieder andere leiden an einer Tierhaar-Allergie und fühlen sich in der Gegenwart von Katze, Hund und Co. unwohl. Es gibt sogar Menschen, die allergisch auf Jeans-Knöpfe und Modeschmuck reagieren. Bei der sogenannten Nickel-Allergie wehrt sich der Körper meist mit Hautausschlag. Ein Arzt kann mithilfe eines Allergie-Tests herausfinden, an welchen Allergien ein Mensch leidet und gegebenenfalls Medikamente oder andere Therapien verschreiben. Man weiß bis heute nicht genau, warum manche Menschen an Allergien leiden, während andere gänzlich verschont bleiben. In jedem Fall liegt bei allen Allergikern eine Störung des Immunsystems zugrunde. Diese in Kombination mit anderen Faktoren, wie genetischer Veranlagung, Schadstoffbelastung in der Atemluft, vorangegangenen Infektionen usw. können eine Allergie begünstigen.

Schon gewusst? Kaleido gibt's jetzt auch auf Instagram! Unser Account @young_kaleido richtet sich an Jugendliche und informiert euch regelmäßig über Tipps, Tricks und Wissenswertes! Und für eure Eltern / Großeltern / Lehrer sind wir auf Instagram mit dem Account @kaleido_ostbelgien online! Follow us!