

1. April 2016

RATGEBER TV

aus Ihrer Apotheke

mit TV-Programm
9.4. bis 22.4.2016

1. April 2016

 **meine apotheke**

TV
Programm
vom 9.4.2016
bis 22.4.2016

Gesundheit

Ratgeber TV 04/2016 und
meine Apotheke 04/2016
Auflagen: ca. 1.600.000 Exemplare

Heuschnupfen? Natürlich behandeln!

Allergische Erkrankungen sollten konsequent behandelt werden, um eine Verschlimmerung zu verhindern. Bei unserer Telefonaktion erfuhren die Anrufer auch, wie die Naturheilkunde helfen kann.

Ich leide schon lange unter Heuschnupfen, und es wird immer schlimmer. Gibt es eine Möglichkeit, die Allergie wieder zurückzudrängen?

Herkömmliche Nasensprays und Tabletten lindern zwar die Symptome einer Allergie - gegen ihre Ursache wirken sie jedoch nicht. Mit einer naturheilkundlichen Behandlung dagegen können Sie die Allergie an der Wurzel packen. So ist zum Beispiel mit der Gegensensibilisierung eine ursächliche Behandlung möglich. Diese spezielle Form einer Eigenblutbehandlung wird vom Arzt oder Heilpraktiker durchgeführt: Der Therapeut entnimmt Ihnen auf dem Höhepunkt der Allergie etwas Blut, um es besonders aufzubereiten und später in bestimmten Abständen wieder zu injizieren - sozusagen als körpereigenen „Impfstoff“ gegen die Allergie.

Bei mir wurde gerade eine Pollenallergie diagnostiziert. Der Arzt empfahl mir ein Nasenspray, kann ich noch mehr tun?

Mit einer Reihe von Maßnahmen gelingt es Ihnen, die Pollenbelastung zu reduzieren. Legen Sie abends Ihre Oberkleidung nicht im Schlafzimmer ab - so bringen Sie weniger Blütenstaub oder Pollen ins Schlafzimmer. Trocknen Sie Wäsche während der Pollenflugzeit nicht draußen. Halten Sie außerdem die Fenster weitgehend geschlossen und lüften Sie möglichst nur einmal täglich. Stadtmenschen lüften am besten morgens zwischen sechs und acht Uhr, abends gilt dagegen: Fenster zu! Wer auf dem Land lebt,

lüftet genau umgekehrt, nämlich abends ab 19 Uhr. Abgesehen von einem Nasenspray gibt es andere Möglichkeiten, um die Allergie zu bekämpfen (wie zum Beispiel Allergostop, Sinapis nigra N fragen Sie auch Ihren Apotheker). Naturheilkundlich orientierte Ärzte und Heilpraktiker empfehlen in der Regel eine ursächliche Behandlung der Allergie von Grund auf.

Erst hatte ich nur im Frühjahr Beschwerden, inzwischen leide ich fast das ganze Jahr unter Heuschnupfen. Wie kann das sein?

Möglicherweise reagieren Sie nicht mehr nur auf Pollen allergisch, sondern zusätzlich auch auf andere Allergieauslöser wie zum Beispiel Hausstaubmilben. Diese mikroskopisch kleinen Spinnentiere können selbst bei bester Hygiene im Haus vorkommen. Ihre Ausscheidungen verursachen bei empfindlichen Menschen allergischen Schnupfen, Hustenanfälle, Niesattacken und Hautjucken. Treten die Beschwerden speziell morgens und verstärkt in Innenräumen auf, deutet das auf eine Hausstaubmilbenallergie hin.

