

Kindesentwicklung

Allergien bei Kindern

April 2005



Leben mit Kindern



Allergien bei Kindern

Viele Eltern sind heute beunruhigt, dass Allergien zunehmend bereits im frühen Kindesalter auftreten. Etwa jedes 3. Kind in Deutschland leidet in irgendeiner Form an einer allergischen Erkrankung, die Ursachen dafür sind der Wissenschaft bis heute nicht eindeutig bekannt.



Was ist eigentlich eine Allergie?

Eine Allergie ist eine Überempfindlichkeitsreaktion des Abwehrsystems (Immunsystems) gegen Stoffe (Allergene) aus der Umwelt mit denen wir in Berührung kommen. Der Körper eines Allergikers stuft diese Stoffe als „fremd“ oder „gefährlich“ ein und reagiert entsprechend darauf. Der Haken dabei: normalerweise kann das Immunsystem zwischen unschädlichen und schädlichen Substanzen unterscheiden. Wenn jedoch dieser Erkennungsdienst versagt, können auch harmlose Stoffe, wie z. B. Nahrungsmittel, Pollen, Hausstaubmilben, Tierhaare u.v.m. zu einer überflüssigen und unangenehmen Abwehrreaktion führen – eben zu einer Allergie.

Sind Allergien erblich?

Seit langem ist bekannt, dass die mit allergischen Reaktionen verbundenen Krankheiten in Familien weitervererbt werden können. Leidet ein Elternteil an einer Allergie, liegt das Erkrankungsrisiko für das Kind bei 30 – 50 %, sind beide Eltern betroffen, steigt das Risiko auf 60 – 80 %. Neben der erblichen Allergieneigung liegt die Wahrscheinlichkeit, dass jemand zum Allergiker wird, bei 30 %. In diesem Fall empfindet der Körper erst irgendwann im Laufe des Lebens – manchmal wie aus heiterem Himmel – gewisse Substanzen als Fremdkörper, die vorher keine Reaktion hervorgerufen haben.

Gibt es verschiedene Formen von Allergien?

Die Reaktion des Körpers auf allergische Substanzen kann bei jedem Menschen unterschiedlich sein. Zum Beispiel kann die gleiche Substanz bei einer Person einen Hautausschlag hervorrufen, bei einer anderen zu Asthma führen, während eine dritte Person überhaupt keine allergischen Reaktionen auf diese Substanz zeigt. Auch die Menge, die zur Reaktion führt, kann individuell verschieden sein: mancher reagiert bereits auf ganz geringe Mengen eines „Fremdkörpers“ – andere benötigen größere Mengen, bevor sie Symptome zeigen.

Welches sind die im Kindesalter häufigsten Allergieerkrankungen?

Neurodermitis

Diese auch als „atopische Dermatitis“ bezeichnete Hautirritation tritt in den meisten Fällen als erste Allergieerscheinung auf, oft schon in den ersten Lebensmonaten. An-

zeichen sind Rötung und Schuppung v. a. im Gesicht, oft kommt auch quälender Juckreiz dazu. Diese Hauterscheinungen können sich relativ rasch über den Körper ausbreiten, am häufigsten sind Arm- und Kniebeugen betroffen. Bei den meisten dieser Kinder spielen bestimmte Nahrungsmittel als Auslöser oder zur Verschlimmerung der Hautbeschwerden eine eindeutige Rolle. Viele Säuglinge vertragen keine Kuhmilch, die ja auch in den fertigen Säuglingsnahrungen enthalten ist. Bei älteren Kindern kommt es zu Unverträglichkeiten nach dem Genuss von Eiern, Fisch, Nüssen, Zitrusfrüchten, auch in Saft- oder Teeform, Süßigkeiten (Zucker) sowie verschiedenen Obst – und Gemüsearten.

Heuschnupfen

Der Heuschnupfen kommt selten vor dem 4. Lebensjahr vor und beschränkt sich auf die Blütezeit verschiedener Pflanzen (z.B. Birke, Gräser, Getreide). Allerdings kann sich ein allergischer Schnupfen auch unabhängig von der Jahreszeit entwickeln, Auslöser sind dann meist der Kot der Hausstaubmilbe oder Tierhaare.

Asthma bronchiale

Wenn ein Kind immer wieder eine Bronchitis hat, die dann auch noch mit Luftnot einhergeht, muss man von einem Asthma bronchiale sprechen; dies kann bereits im Säuglingsalter auftreten. Die Bronchialschleimhaut schwillt durch ständige Entzündung an, es bildet sich vermehrt Schleim, die Bronchialmuskulatur verkrampft sich – es kommt zu Atemnot. Schon der Laie hört das typisch pfeifende Atemgeräusch. Es gibt die unterschiedlichsten Auslöser, im Säuglingsalter spielt auch hier die Kuhmilch eine große Rolle, im weiteren Verlauf wieder Pollen, Hausstaubmilbe, Tierhaare, verschiedene Nahrungsmittel oder Schimmelpilze.



Essen sein Doktor sein Hausmeister meint:

Gezz ma unter uns, Allergien? Ein Problem und wenn ich dat richtig so auch in meine Umgebung, also bei uns inne Siedlung oder im Schwimverein oder beim Stammtisch so mitkriech, ein riesen Problem und dat wird scheinbar grösser, also et trifft immer mehr Menschen.

Gut, die Erna Schwalczyk is gezz allergisch auf ihren Gatten, weil den dauernd Blödsinn erzählt, dat hälste nur aus, wenne wegläufst. Also nich Nasenlaufen – Beinelaufen. Aber dat is ja mehr so eine Eheallergie, ich mein gezz sagen wir ma so körperliche Allergien mit Jucken, oder Hautausschlag, oder Atmungsnot, oder Nasentriefen, oder Augenbrennen, dat hörste doch alle Nase lang von verschiedenste Leute, auch die, die nicht den Heini Schwalczyk als Mann ham. Unser Chantalle zum Beispiel, von Koslowskis die Älteste, die hat Allergie auf Heu, gezz ist dat bei uns in Katernberg nicht dat Häufigste – dat Heu, trotzdem, hömma, dat Kind tat mich leid, weil wenn dat losging, da hechelste die nach Luft, war am Husten, hatte die Augen geschwollen und und und.

Heu in Katernberg? Eher Beton bei die inne Strasse, aber Betonallergie kenn ich gezz persönlich nich. Heu in Katernberg, aber nich nur, die meinen mit den Heuschnupfen auch Pollen von alle anderen möglichen Gräser oder Pflanzen allgemein, die du gar nicht kennst, wenne kein Biologe oder Asthmatiker bist. Die aber dauernd bei uns durche Luft fliegen, siehste nix von, hörste nix von, sind aber da. Die also inne Behandlung bei ein Arzt, den die Pollen alle kennt und die Krankheit schon mehrfach ausgetrickst hat. Wenn die Allergie den Doktor schon sieht, zieht die sich meist schon zurück. Den sensebelesiert die Chantalle!

Wie ist der Krankheitsverlauf bei Kindern?

Bei einem Kind, das als Säugling unter einer Neurodermitis litt, können sich in den folgenden Monaten und Jahren Allergien in unterschiedlicher Weise entwickeln. Bei manchen Kindern bleiben die Beschwerden eine Zeitlang bestehen und bilden sich dann allmählich zurück, bei anderen Kindern können auch mehrere Allergieformen gleichzeitig bestehen.

Immer mehr Beobachtungen zeigen, dass Allergiebeschwerden durch Stresssituationen ausgelöst oder verschlimmert werden können. Häufig handelt es sich um familiäre Konfliktsituationen, aber auch Ärger oder Freude können zu Veränderungen führen.

Wie erfährt man, wogegen man allergisch ist?

Zunächst ist es wichtig, mit dem Arzt ein ausführliches Gespräch zu führen, wobei er bereits Hinweise erfahren kann, ob sich die Ursache im häuslichen oder äußeren Umfeld befindet oder ob es sich um eine Nahrungsmittelallergie handelt. Zur weiteren Diagnostik eignen sich Hauttests (Pricktest), wobei verschiedene Substanzen auf oder in die Haut gebracht werden und man beobachtet, ob an einer der Hautstellen eine allergische Reaktion (Quaddel oder Pustel) entsteht. Eine weitere Möglichkeit ist, anhand von Blutproben zu untersuchen, ob der Körper gegen bestimmte Substanzen Antikörper gebildet hat und deshalb allergisch reagiert. Bei Verdacht auf Nahrungsmittelallergie ist es am besten, die verdächtigen Lebensmittel einige Zeit wegzulassen und dann langsam wieder zu geben. Zeigt sich bei der Wiedereinführung eine Reaktion, ist das schon der Beweis der Allergie.

Also er versucht die Chantalle ihr System vonne körpereigene Abwehr ganz langsam anne Polle zu gewöhnen. Dafür musse die natürlich erstma kennen. Der Doktor konnte dat rausfinden und dann gab er die jede Woche über paar Jahre immer bisken von die Pollen bis die Chantalleabwehr sich dran gewöhnt hat und sacht: „Schon wieder die Pustestblumenpolle, die kenn ich, die greif ich nich an!“ Dat ist wie mit Lügen: „Wer einmal lügt, den glaubt man nich, auch wenn er mal die Wahrheit spricht!“

D.h. die Abwehrhaltung vonne Chantalle wird gelassener und richtet sich mehr so ein körperliches Chaos in die Chantalle an. Zwischen durch hat die noch so Püsterken für die Luft fürn Inhalieren und Sälbchen für die Augen, aber sonst, hömma, seit die dat mit ihren Arzt ma dat algerisch besprochen hat, gehtet die besser. Muss natürlich bisken investieren, also nich sagen, wat von alleine kommt, geht auch wieder von alleine. Meistens wird et eher schlimmer, also ab nachen Haus- oder Kinderarzt und besprechen, auch bei leichteres Jucken, Quaddeln, Pusteln oder Keuchen, nich dat dat so schlimm wird, wie bei die Chantalle. Wenne früh Fachmann dran gehen lässt, wird die Chance, dat wegzukriegen, grösser. Die Frau Schwalczyk allerdings müssteste bei Sesensebe... nä – Sensiblies... nä – Sensibilisierung (poh, dat issen Wort) also drei Heini Schwalczyks zur Gewöhnung inne Bude stellen, dann hört die Eheallergie auch auf, oder du tust den einen weg, dat wär einfacher. Nur, wohin mit so ein altes Quatschmaul? Aber dat is ja gezz nich dat Thema.

Wie wird die Allergie behandelt?

Die beste und sicherste Therapiemethode ist das Meiden des Kontakts mit der Beschwerden verursachenden Substanz, jedoch ist dies nicht immer durchführbar.

Pollenallergiker sollten sich anhand eines Pollenflugkalenders oder über Durchsagen in den Nachrichten über den aktuellen Flug der Pollen informieren. Sie sollten jeden Abend die Haare waschen, häufig die Bettwäsche wechseln und sich nicht im Schlafzimmer entkleiden.

Gegen die Hausstaubmilbe haben sich spezielle Matratzenbezüge bewährt, außerdem sollte man in Gegenwart des Allergikers nicht staubwischen oder staubsaugen; die Anzahl der Kuscheltiere sollten reduziert und außerdem häufig gewaschen werden, das Einfrieren allein reicht nicht aus.

Zur Unterdrückung der Krankheitssymptome sowie zur Vorbeugung können Arzneimittel eingesetzt werden.

Gerade bei Kindern macht man sehr gute Erfahrungen mit der Hyposensibilisierung, diese Behandlung zielt auf die Beseitigung der Ursache der Allergie ab. Sinn dieser Therapie ist es, den Allergiekranken gegen das für ihn aktuelle Allergen unempfindlich zu machen. Eine solche Behandlung muss über mindestens 3 Jahre konsequent durchgeführt werden.

Kann man dem Entstehen einer Allergie vorbeugen?

Das Beste, was Sie einem Kind zur Vorbeugung mitgeben können, ist Muttermilch über mindestens 4, besser 6 Monate. Früher „Beikost“ in Form von Saft, Obst, Gemüse oder Brei zu geben ist nicht notwendig sondern wirkt sich eher ungünstig auf die Entwicklung einer Allergie aus. Auch Zigarettenrauch belastet die Gesundheit des Kindes – und somit die Entstehung einer Allergie – erheblich.

Schwierig ist es, Hausstaubmilben vollständig zu vermeiden. Vorteilhaft ist es, im Kinderzimmer einen feucht wischbaren Boden zu haben. Alle Zimmer sollten jeden Tag gut gelüftet werden.

Bei aller Sorge – keine Panik

Denken Sie immer daran, dass auch ein Kind mit Allergien alle Chancen hat, ein fröhliches und aktives Kind zu werden. Bestimmte Risiken können in der Regel mit einfachen Mitteln von einem allergisch veranlagten Kind fern gehalten werden. Sie können v. a. seine Ernährung und sein Zuhause so gestalten, dass das Risiko, eine Allergie zu entwickeln, verringert wird bzw. die Beschwerden nicht stark und anhaltend sind.

Folgende Kindergesundheitsbriefe sind bereits erschienen:

1. **Kindesentwicklung – Bewegung macht schlau**
2. **Ja zur Vorsorge – Impfungen vom Kindes- bis zum Jugendalter**
3. **Ja zur Vorsorge – Vorsorgeuntersuchungen vom Kindes- bis zum Jugendalter**
4. **Schulstart – Unser Kind wird ein Schulkind**
5. **Kinderernährung – Gesund und fit durch vollwertige Ernährung**



Wünschen Sie noch weitere Informationen?

Oder haben Sie Anmerkungen oder Anregungen?

Wir freuen uns über Ihre Antwort.

Internet: www.essen.de, E-Mail: kinderbuero@essen.de

Herausgeber: **Aktionsgemeinschaft Essen.
Großstadt für Kinder
Rathaus, Porscheplatz
45121 Essen**

Mit freundlicher Unterstützung der AOK Rheinland

Internet: www.aok-rheinland.de, E-Mail: aok.e@rla.aok.de