

**1a Welche Allergien kennt ihr? Nennt Symptome. Reagiert ihr auf irgendetwas allergisch?**

**b Lest den Text und markiert neue Informationen.**

### Allergien: Wenn der Körper sich wehrt

Von Jahr zu Jahr steigt die Zahl der Allergiker. Inzwischen leidet in Deutschland vermutlich jeder Dritte an einer Allergie – vor dreißig Jahren war es noch jeder zehnte. Es wird vermutet, dass auch Umweltfaktoren beim Entstehen von Allergien eine Rolle spielen –, anders lässt sich diese deutliche Zunahme an Erkrankungen nicht erklären. Aber, was sind eigentlich Allergien und was passiert im Körper?

Bei einer Allergie werden Stoffe im Körper bekämpft, die eigentlich unschädlich sind. Aus bisher ungeklärten Gründen reagiert das Immunsystem heftig auf diese Stoffe und mobilisiert Abwehrmechanismen, um sie zu bekämpfen. Die Körperreaktion ist ungefähr die gleiche, wie bei der Abwehr von gefährlichen Krankheitserregern. Aber anders als bei einer gesunden körpereigenen Abwehrreaktion, führt die allergische Reaktion nicht dazu, dass der auslösende Stoff vernichtet wird. Die Reaktion verschwindet, sobald der Körper dem Stoff nicht mehr ausgesetzt ist.

Allerdings ist nicht jedes Niesen gleich eine Allergie. Wer nur gelegentlich auf einen bestimmten Stoff mit Niesen oder juckenden Augen reagiert, der hat vielleicht nur eine Überempfindlichkeit, aber noch nicht gleich eine Allergie.

Erstaunlich ist, dass eigentlich jeder Stoff eine Allergie auslösen kann – am bekanntesten sind Blütenpollen, die den im Frühling und Sommer

weit verbreiteten Heuschnupfen auslösen, Tierhaare (Tierhaarallergie) und Hausstaub (Hausstauballergie). Inzwischen gibt es verschiedene Hauttests, mit denen viele Allergene identifiziert werden können. Hier ist die Forschung also schon recht weit. Krankenkassen und Ärzteverbände sind sich jedoch einig: Die Ursachen für das Entstehen von allergischen Erkrankungen sollen noch genauer erforscht werden. Ein häufiges Phänomen ist das Auftreten einer sogenannten Kreuzallergie: Wer z. B. auf Birken-, Erlen- oder Haselpollen allergisch reagiert, verträgt oft auch keine Walnüsse oder Äpfel.

Die Körperreaktionen bei einer Allergie reichen von geschwollenen, juckenden Augen, geröteter Haut und Schnupfen über asthmatische Erstickungsanfälle und vielem mehr bis hin zum lebensbedrohenden anaphylaktischen Schock. Und trotz dieser offensichtlichen Beschwerden, müssen sich Allergiker oft anhören, dass sie sich die Symptome nur einbilden oder gar Hypochonder seien. Es ist zwar richtig, dass Stress oder ein unausgeglichener Gemütszustand die Symptome verstärken können, wichtig ist aber auch, Allergien ernst zu nehmen. Denn wenn sie nicht behandelt werden, können die Symptome schnell chronisch werden. Bei Heuschnupfen zum Beispiel können auch die tieferen Atemwege in Mitleidenschaft gezogen werden und es kann unter Umständen auch zu Lungenentzündungen kommen.

**c Woher kommen Allergien und was kann man dagegen tun? Ergänzt die Informationen aus dem Text auch mit eigenen Erfahrungen. Wie kann man mit Allergien leben? Tauscht eure Ideen im Kurs aus.**

**Mögliche Lösung**

- 1c** Bei einer Allergie bekämpft der Körper Stoffe, die eigentlich unschädlich sind. Dabei kann jeder Stoff eine Allergie auslösen. Die Reaktion des Körpers auf diesen Stoff ist dabei vergleichbar mit der Abwehr von Krankheitserregern. Erst wenn der Stoff verschwunden ist, verschwindet auch die Reaktion.  
Therapiemöglichkeiten gibt es verschiedene. Zum einen kann man die Allergene meiden, wenn man weiß, gegen was man allergisch ist. Wenn dies nicht möglich ist, z.B. bei einer Pollenallergie, helfen auch Medikamente. Zudem gibt es die Möglichkeit sich desensibilisieren zu lassen.