



Blüte und Blätter der Petasites hybridus: Strenge Selektion und Züchtung sind die Basis fürs zugelassene Medikament. BILDER PIXABAY (PTRA; LINKS); MAX ZELLER SÖHNE AG, ROMANSHORN (COPYRIGHT; RECHTS)

Heuschnupfen behandeln mit Pestwurz

GESUNDHEITSECKE Bäume und Büsche blühen, die Nase läuft, die Augen brennen und Niesattacken plagen Betroffene: Allergiker suchen dieses Jahr schon früh nach Linderung in der Hausapotheke, wo ein pflanzliches Heuschnupfenmittel die Therapiemöglichkeiten erweitert.

In der Schweiz leiden etwa 20 Prozent der Bevölkerung an einer Pollenallergie, doppelt so viele wie noch vor 30 Jahren. Während die meisten «nur» unter unangenehmem, aber lästigem Jucken in der Nase, Niesen und brennenden Augen leiden, ist die Pollensaison für andere eine Zeit einschränkender Belastungen mit anhaltend verstopfter Nase und reduzierter Lebensqualität.

Früher waren es vor allem Kinder, mit der Zeit immer mehr Erwachsene, die nie vorher an Heuschnupfen gelitten haben, und heute klagen zunehmend auch ältere Menschen über allergische Symptome. Die Beobachtung, dass Allergien bei Erwachsenen vor allem in städtischen Gebieten zunehmen, lässt einen Zusammenhang mit der Luftverschmutzung vermuten. Eindeutig bewiesen ist die Erklärung nicht, aber diverse Beobachtungen stützen diese Vermutung (siehe Kasten rechts oben).

Histamin, der schnelle «Übeltäter»

Harmlose Eiweisse aus Pollen werden vom Immunsystem als schädlich interpretiert, und die überschüssige allergische Reaktion kommt in Gang. Mastzellen, prall gefüllt mit einem Cocktail von Entzündungsstoffen, tragen auf ihrer Oberfläche Antikörper gegen das fremde Polleneiweiss (Allergen). Binden sie ein Allergen, löst dies innert Sekunden bis Minuten die Freisetzung hochwirksamer Stoffe aus. Für die allergische Sofortreaktion ist hauptsächlich Histamin verantwortlich. Juckreiz, Niesen, laufende Nase, tränende und brennende Augen gehen auf sein Konto. Antihistaminika (Tabletten, Augentropfen oder Nasensprays) blockieren seine Wirkung und gelten als zuverlässige Mittel zur Behandlung von Heuschnupfen.

Spätphase einer allergischen Reaktion

Parallel zum akuten Geschehen läuft innert Stunden eine zweite Reaktion ab, die zur Bildung stark wirksamer Entzündungsstoffe (Mediatoren) führt. Leukotriene aktivieren diverse weitere Abwehrzellen, erhöhen die Schleimproduktion und verengen die Atemwege. Ihre Wirkung führt zur verstopften Nase, zur Verengung des Nasenlumens mit stark behinderter

Nasenatmung bis hin zu Asthma. Dieses entzündungsbedingte und anhaltende Anschwellen der Schleimhäute ist für Allergiker meist eine grössere Einschränkung als die unangenehmen allergischen Sofortreaktionen.

Pestwurz – die wiederentdeckte Heilpflanze

Mit Pestwurz (Petasites hybridus) behandelte man im Mittelalter Fieber und die Folgen der Pest. Bis 2002 war es in der Schweiz als bewährtes Mittel gegen Krämpfe, Kopfschmerzen und zur Migräneprophylaxe zugelassen. Berichte über schwerwiegende Leberschädigungen brachten Pestwurz 2002 in Verruf, und diverse Medikamente wurden vom Markt zurückgezogen.

Eine Auferstehung feierte es aber bereits ein Jahr später. Grundlage dafür war die Auswahl und Züchtung der passenden Sorte, kontrollierter Anbau und verbesserte Extraktionsmethoden (siehe Kasten rechts unten). Eine Reihe von sauber durchgeführten wissenschaftlichen Studien mit dem Schweizer Spezialextrakt «Ze339» der Firma Zeller aus Pestwurzblättern ermöglichten die Zulassung als Medikament zur Behandlung des allergischen Schnupfens.

Vielversprechende doppelte Wirkung für Allergiker

Dass Pestwurz ein effizientes Heuschnupfenmittel ist, bewies eine 2011 veröffentlichte klinische Studie. Die Münchner Forscher konnten zeigen, dass der Pflanzenextrakt Ze339 geschwollene Nasenschleimhäute schneller und wirksamer bekämpft als klassische Antihistaminika. «Die Daten suggerieren auch einen präventiven Effekt, der weiter untersucht werden muss», so der Leiter des Münchner Zentrums Allergie & Umwelt (ZAUM). Die Wirkung beruht auf einem antiallergischen (reduzierte Freisetzung von Entzündungsstoffen) und einem entzündungshemmenden Effekt (verminderte Bildung von Leukotrienen). Die Befreiung der behinderten Nasenatmung verspricht eine Verbesserung der Lebensqualität von Allergikern. Pestwurz hat seinen Platz als sicheres und gut verträgliches (keine Müdigkeit) Allergiemittel gefunden und ergänzt die Standardtherapie mit Antihistaminika.

BEAT INNIGER, OFFIZIN-APOTHEKER FPH, ADELBODEN

Weitere Informationen finden Sie in unserer Web-Link-Übersicht unter www.frutiglaender.ch/web-links.html

Mögliche Gründe für die Zunahme von Allergien

Pollen-, Nahrungsmittel- und Kontaktallergien haben in den letzten Jahrzehnten deutlich zugenommen. Eine einfache Erklärung existiert nicht, es sind mehrere Veränderungen, die dazu beitragen.

- **Veranlagung:** Eltern mit Allergien vererben sie an ihre Kinder. Ist ein Elternteil allergisch, beträgt das Allergierisiko für ein Kind 25 bis 30 Prozent, sind beide Eltern betroffen, steigt es gegen 70 Prozent;
- **«Westlicher Lebensstil»:** Bei übertriebener Hygiene sowie wenig Kontakt mit Tieren und Krankheitserregern im Kleinkindesalter kommt das Immunsystem «zu kurz» – es wird falsch geprägt und zu wenig trainiert;
- **Zunahme der Pollenmenge:** durch früheren Blühbeginn, wärmere Monate und steigende CO₂ Konzentrationen (Klimawandel) steigt die Pollenmasse;
- **Luftverschmutzung:** Schadstoffe und Feinstaub reizen die blühenden Pflanzen. Diese produzieren stressbedingt aggressivere Pollen;
- **Pollen-Exposition:** 40 Prozent der Bevölkerung leben in dicht besiedelten Gebieten oder entlang von Hauptverkehrsachsen.

BI

Pflanzenextrakte als Schlüssel zur Wirkung

Moderne Pflanzenheilmittel (Phytotherapeutika) basieren auf Extrakten. Je nach Lösungs- oder Extraktionsmittel können aus Pflanzen spezifisch wirksame Stoffe oder Stoffgruppen gewonnen und angereichert werden. Im Fall von Pestwurz (Petasites hybridus) müssen zudem leberschädigende Alkaloide entfernt (abgereichert) werden. Dies geschieht durch eine in den Prozess der Extraktion integrierte sogenannte Adsorption.

Für die Zulassung als Medikament sind zudem hochempfindliche, spezifische Analysen nötig. Damit wird einerseits ein gleichbleibender Gehalt gewährt (Standardisierung), und andererseits muss die Abwesenheit schädlicher Stoffe garantiert werden (Unbedenklichkeit).

BI