



19.03.2019 - 10:00 Uhr

Nationaler Allergietag 2019 / Der Frühling lockt, bringt aber auch Allergien mit

Bern (ots) -

Schon fliegen die Pollen, die Schweiz niest: Jeder Fünfte leidet an Heuschnupfen. Die Natur fordert auch andere Allergikerinnen und Allergiker heraus: mit Bienengift, Schimmelpilzen, Nahrungsmitteln, Tieren. aha! Allergiezentrum Schweiz verteilt am Nationalen Allergietag vom 21. März 2019 in Schweizer Bahnhöfen Booklets mit Tipps.

Die Natur erwacht, der Frühling lockt nach draussen. Doch Vorsicht: Neben Sonne und Wärme warten auch Auslöser von Allergien auf uns. Pollen lassen niesen, Früchte und Getreide können Nahrungsmittelallergien provozieren, Bienen und Wespen mit ihrem Gift sogar lebensbedrohliche allergische Schocks auslösen. Die Stiftung aha! Allergiezentrum Schweiz informiert über Allergene aus der Umwelt, denn die Menschen sollen - ganz gemäss Jahresmotto - «raus in die Natur - trotz Allergien».

Vorbeugen und richtig therapieren

Immer mehr Menschen sind von Allergien und Intoleranzen betroffen. «Mit geeignetem Verhalten kann man diese aber positiv beeinflussen», sagt Dr. Georg Schäppi, Geschäftsleiter von aha! Allergiezentrum Schweiz. Leidet man etwa an Heuschnupfen, sollte man draussen immer eine Sonnenbrille tragen, vor dem Schlafengehen die Haare waschen und stets nur kurz Stoss lüften. Das Übel kann auch an der Wurzel gepackt werden: «Eine Desensibilisierung, bei der der Körper langsam an den Allergieauslöser gewöhnt wird, ist bei Reaktionen auf Pollen, Hausstaubmilben und Insektengift sowie bei gewissen Tierallergien wirksam», so Schäppi. «Bei Heuschnupfen werden die Symptome um über 50 Prozent reduziert.» Auch die medikamentöse Therapie allergischer Symptome hat sich in den letzten Jahren verbessert. Es gilt auf alle Fälle: Eine Allergie sollte immer von einer Allergologin, einem Allergologen abgeklärt werden.

Nationaler Allergietag: Booklet mit Sampling und Wettbewerb

«Prävention und gutes Krankheitsmanagement sind essentiell, um Allergien zu vermeiden oder sie im Griff zu haben», so Georg Schäppi. Die Stiftung aha! Allergiezentrum Schweiz vermittelt dazu das nötige Wissen - über das kostenlose Beratungstelefon, mit Broschüren, in Schulungen.

Die Verteilaktion am Nationalen Allergietag vom 21. März 2019 findet in den SBB-Bahnhöfen Bern, Basel, Luzern, Zürich, Locarno, Genf und Lausanne statt.

Infos zum Nationalen Allergietag vom 21. März 2019 auf www.aha.ch

Kontakt:

Bettina Jakob
Leiterin Kommunikation und Medien
aha! Allergiezentrum Schweiz
Scheibenstrasse 20
3014 Bern
+41 31 359 90 45
bettina.jakob@aha.ch
www.aha.ch