

**Zeitschrift:** Spitex Magazin : die Fachzeitschrift des Spitex Verbandes Schweiz  
**Herausgeber:** Spitex Verband Schweiz  
**Band:** - (2015)  
**Heft:** 2

**Artikel:** Neue Risiken für aktive Senioren  
**Autor:** King, Sarah  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-822971>

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 13.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Neue Risiken für aktive Senioren

Es juckt, tränt, rötet, schwellt: Allergien machen vor dem Alter keinen Halt. Medikamente, Krankheiten und das neue Freizeitverhalten können die überschiessende Abwehr von harmlosen Substanzen aus der Umwelt beeinflussen.

Die Fahrt führt nach Chur. Aus dem Zugsabteil gegenüber ertönt ein Niesen. Ein verstohлener Blick auf Nachbars Nase zeigt eine leichte Rötung. Der Mann atmet durch den Mund. «Nasenatmungsbehinderung und Nasensekretion sind häufig die ersten Symptome einer Affektion der Organe der ‚United Airways‘», ist auf der Homepage der Churer Brunnenhof-Praxis zu lesen. Was nach Fluggesellschaft klingt, ist die Bezeichnung für den Verbund aus Nase, Nasennebenhöhlen, Rachen, Lunge und Mittelohr. Reagieren diese Organe gereizt, können Allergien die Ursache sein.

Kommen Allergien in der Alpenregion überhaupt vor? Das fragte sich Dominik Harder, als er in der beschaulichen Bündner Stadt seine Arbeit als HNO-Arzt und Allergologe aufnahm. Nur wenige Monate nach Eröffnung seiner Praxis wusste er: Ja, sogar oft.

## Erste Lektion: Stadt und Land

Die Entwicklung einer Pollenallergie ist unter anderem abhängig vom «Aeroplankton» – dem biologischen Inhalt der Luft. Städte wie Bern, Basel und Zürich weisen höhere Pollenflugdaten auf als Berge. «Feinpartikel wie Dieselruss führen zu aggressiveren Pollen», erklärt Dominik Harder. «Die Umweltbelastung macht unsere Schleim-

häute passierbarer für Erreger.» Entsprechend anfällige Menschen reagieren mit einer allergischen Abwehr. Das heisst: Das Immunsystem produziert allergische Antikörper oder verfügt über allergische Zellen, die auf fremde Erreger mit übermässiger Abwehr reagieren.

Trotz niedrigeren Dieselrusswerten sind Allergien auch in den Bergen ein Thema. Das kann mit der zunehmenden Sensibilisierung der

Bevölkerung für die Thematik zusammenhängen. Hals-Nasen-Ohren-Probleme werden heute zunehmend auch allergologisch abgeklärt. Als weiteren Grund sieht Dominik Harder die Klimaveränderung. Sie lässt den Pollenflug in den Bergen ansteigen. Auch Hausstaubmilben machen vor höheren Regionen nicht Halt.

## Zweite Lektion:

### Von Allergien und Unverträglichkeiten

Hausstaubmilben sind oft die Ursache für chronische Beschwerden. Vor allem bei Kindern bereiten sie den Boden für Atemwegsinfekte. So lästig diese Allergie auch ist, sie gehört nicht zu den häufigsten. Nummer eins unter den Allergien ist der Heuschnupfen. Gräser-, Birken-, Erlen-, Beifuss und eine Vielzahl anderer Pollen werfen bei 25% der Bevölkerung einen Schatten über die sonnige Jahreszeit. 20 bis 30% Prozent der Bevölkerung berichten über eine Unverträglichkeit auf bestimmte Nahrungsmittel, allergisch sind jedoch nur knapp 2%. «Nicht hinter jeder Unverträglichkeit steckt eine immunologische Abwehr», weiss der Allergologe. Eine Laktose-Intoleranz sei zum Beispiel keine Allergie, sondern eine Störung der Verdauungsprozesse.

Etwas kniffliger wird die Bestimmung einer Nahrungsmittelallergie im Fall von Kreuzallergien. So kann die allergische Reaktion auf eine Banane eine verkappte Latexallergie sein – nicht weil die Banane Latex enthält, sondern weil die Proteine von Bananen und Latex ähnliche Strukturen aufweisen. Weitere Strukturähnlichkeiten finden sich zwischen Milben und Meeresfrüchten, Katzenhaar und Schweinefleisch oder Baumpollen und Steinfrüchten. Immer mehr Zusammenhänge entdeckt Dominik Harder in seiner Berufspraxis. «Die Kreuzallergie ist die häufigste Form von Nahrungsmittelallergie bei Erwachsenen.»

### Dritte Lektion: Allergien im Alter

Allergene sind hartnäckige Zeitgenossen. Doch die gute Nachricht ist: Der Mensch lässt sich mit zunehmendem Alter weniger von ihnen ärgern. Ab dem 60. Lebensjahr sinkt das Risiko für allergische Reaktionen um etwa 20%. Das Immunsystem und somit die Abwehrkörperproduktion werden träger. Weisen 40% der Kinder mit Atemproblemen eine allergische Neigung auf, sind es bei über 65-jährigen nur noch 20%. Auch die Abwehr gegen Nahrungsmittel sinkt.

Dominik Harder setzt zum «Aber» an: «Früher kamen Menschen ab 65 weniger in Kontakt mit Allergenen. Das Freizeitverhalten verändert sich jedoch. Heute beginnt man nach der Pensionierung unter Umständen für den New-York-Marathon zu trainieren.» Das heisst: Seniorinnen und Senioren sind länger fit, das veränderte Freizeitverhalten lockt sie ins Freie, wo Dieselruss und Pollen warten.

Im Unterschied zu jüngeren Generationen verschiebt sich die Problematik bei älteren Leuten Richtung chronische Beschwerden. Zur Nasenatmungsbehinderung kommen Beschwerden der unteren Atemwege hinzu. Außerdem verstärken Komorbiditäten die Symptome. Wer bereits von einer Krankheit geschwächt ist, reagiert extremer auf Allergene. Auch Medikamente beeinflussen allergische Reaktionen. So erschweren zum Beispiel ACE-Hemmer den Abbau von Entzündungsmediatoren, während Betablocker deren Ausschüttung verstärken.

### Vierte Lektion: Diagnose und Behandlung

Bevor Dominik Harder eine Diagnose stellt, erfasst er im Gespräch stets die Gesamtsituation des Patienten. Es folgt eine körperliche Untersuchung mit dem sogenannten Prick-Test. Bis zu 20 verschiedene Allergene tropft er auf die Haut des Patienten. Ein kleiner Stich ebnet den Allergenen den Weg zu den Zellen, so hat er nach 15 Minuten erste Resultate. Ergänzend kann ein Bluttest das Ergebnis unterstützen und seltener ist ein Provokationstest angesagt: «Wir provozieren die betroffene Person idealerweise am Reaktionsorgan direkt mit dem entsprechenden Allergen, zum Beispiel mit einer Biene aus dem Spitalgarten.»

Allzu oft ist das Churer Spitalpersonal jedoch nicht auf Bienen- oder Wespenjagd und auch eine Nachahmung im heimischen Garten empfiehlt sich nicht: Provokationstests bedürfen einer strengen Überwachung. Im schlimmsten Fall reagiert der Patient mit einem anaphylaktischen Schock: Zungenbrennen, Blutdruckabfall, Übelkeit, Atemnot oder Herzrasen sind einige der Kennzeichen. Ausgelöst



### «Die Umweltbelastung macht unsere Schleimhäute passierbarer für Erreger.»

Dominik Harder, Allergologe

wird der Schock am häufigsten durch Medikamente, Insekten oder Nahrungsmittel. Entsprechende Notfallmittel tragen Allergiker in der Regel auf sich. Ihr Umfeld wie die Familie oder Betreuungspersonen sollten über die Allergie und den Aufbewahrungsort der Notfallmedikation im Bild sein. Im Fall eines Schocks seien zuerst der Notruf 144 und die Adrenalininspritzte angesagt. Daran schliessen Erste-Hilfe-Massnahmen an.

Der anaphylaktische Schock ist der Extremfall. Die meisten allergischen Reaktionen laufen vergleichsweise harmlos ab. Eine frühzeitige und konsequente Behandlung mit Histamin und niedrig dosiertem Cortison kann die lästigen Symptome fernhalten oder stark reduzieren. Auch eine Desensibilisierung mittels Spritzen und Tabletten ziehen manche Patienten in Betracht. Doch zuvor empfiehlt Dominik Harder die einfachste Massnahme: dem Allergen wenn möglich aus dem Weg gehen.

So einfach das klingt, so herausfordernd ist die Umsetzung. Die Natur ist kreativ, Allergene finden immer wieder neue Wege, um sich mit der Abwehr des Menschen anzulegen. Damit bleibt der Job des Allergologen eine Detektivarbeit.

**Sarah King**

➤ [www.ohrenarzt-chur.ch](http://www.ohrenarzt-chur.ch)

Dominik Harder ist Facharzt für Hals-, Nasen- und Ohrenkrankheiten, Allergologie und klinische Immunologie. Er arbeitet als Beleg- und Konsiliararzt am Kantonsspital Chur und in eigener Praxis in Chur.