

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 42 (1985)  
**Heft:** 5

**Artikel:** Pollenzeit : leidvolle Zeit  
**Autor:** W.G.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-969868>

### **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:** 02.04.2026

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

## Pollenzeit – leidvolle Zeit

Das Satellitenbild auf dem Bildschirm zeigte geringe Bewölkung über Mitteleuropa. Die Vorhersage zum Wochenende kündete ein Hochdruckgebiet, Temperaturanstieg und auflebende Winde aus Süd-Ost an. Ein fast ideales Wetter also, das die Familie S. dazu bewog, das Wochenende schon ab Freitag auf dem Lande zu verbringen. Selten lässt sich heute ein stilles Plätzchen in halbwegs unberührter Natur finden. Statt in dichter Autokolonne mit den anderen ins Gebirge auszuschwärmen, fuhr Herr S. mit seiner Frau und den beiden Kindern in entgegengesetzter Richtung aus der Grossstadt aufs flache Land hinaus. Sie liessen sich Zeit. Auf beiden Seiten der Landstrasse zogen blühende Wiesen an ihnen vorbei. Die Umgebung war ihnen längst vertraut, beinahe zur zweiten Heimat geworden, denn die Familie verbrachte seit Jahren so manches Wochenende auf einem Bauernhof.

Die reine Luft, der erholsame Schlaf bei offenem Fenster tat allen gut. Am nächsten Tag brach die Familie zeitig zu einer Wanderung auf. Der Weg führte über Wiesen an einem Bach entlang in den Wald. Hier war es stiller und nicht mehr so windig wie auf dem freien Feld. Am Ende des erholsamen Tages, als die Schatten schon länger wurden, sah man über den Feldern riesige Schleier schweben, winzige goldene Pünktchen, durchflutet von den Strahlen der untergehenden Sonne. Dann brach der Abend herein und eine seltsame Stille legte sich über das Land.

### Verhängnisvoller Pollenflug

Über das gute Nachtmahl konnte sich Herr S. nicht so recht freuen. Ein Unbehagen überfiel ihn und eine leidvolle Ahnung. Die ländliche Romantik war für ihn im Grunde eine grosse Enttäuschung. Die goldenen Schleier in der untergehenden Sonne waren nichts anderes als der Pollenflug der blühenden Wiesen und des Waldes, der den ganzen Tag andauerte. Leider konnte das Satellitenbild diese für den Pollenflug so entscheidende Wetterlage nicht vorhersa-

gen, sonst wäre Herr S. sicherlich trotz des schönen Wetters in der Stadt und in seiner Wohnung geblieben. Seit seiner Kindheit leidet Herr S. nämlich an einer Allergie, an Heuschnupfen, und an jenem Sonntag geriet er gleichsam in die Mitte des Orkans, des Pollenwirbels.

### Der akute Heuschnupfen

Zwei Tage später wachte Herr S. nach einer unruhigen Nacht wie zerschlagen und mit Kopfschmerzen auf. Seine Nase tat ihm bei jedem Atemzug weh, denn die Schleimhäute im Inneren waren arg entzündet und geschwollen. Die Augen konnten das Licht nicht ertragen, und als er in den Spiegel schaute, war die Bindehaut der Lider ganz rot. Unaufhörlich musste er zum Taschentuch greifen, als wäre er am schlimmsten Katarrh erkrankt. Natürlich war es unmöglich, an diesem Tag ins Büro zu fahren. Herr S. legte sich ins verdunkelte Zimmer und fühlte sich richtig krank. Jedes Jahr erwartete er die schönsten Monate, Mai und Juni, mit einer gewissen Sorge und freute sich sichtlich, wenn sie kühl und verregnet waren. Dann hatten die Pollen keine grosse Chance, Herrn S. zu erreichen. An schönen Tagen blieb er lieber in der Stadt und mied zur Zeit des Pollenfluges die ländliche Umgebung. So überstand er all die Jahre mehr oder weniger leidvoll, aber diesmal brach das Heufieber, wie man den Heuschnupfen auch nennt, mit ungewohnter Heftigkeit über ihn herein.

### Wie war das möglich?

Herr S. konnte sich noch gut an seinen Grossvater erinnern, der ebenfalls jedes Jahr an fürchterlichem Heuschnupfen litt. Offensichtlich war es den Vererbungsgesetzen vorbehalten, diese Veranlagung erst auf das Enkelkind zu übertragen. Seltsamerweise blieb der Vater von Herrn S. davon verschont, und das zeigt uns, wie unberechenbar das Spiel der Vererbung sein kann. Zur Entstehung des Heuschnupfens, wie auch aller anderen meist chronischen Erkrankungen, gehört eine gewisse Disposi-

tion, die in der Erbanlage verankert ist. Jeder von uns hat eine schwache Stelle in seinem Organismus, wenn man so sagen darf. Wenn sich dazu noch andere Umstände gesellen, so kann diese Schwäche als Krankheit zum Ausdruck kommen. Wegen dringender Terminarbeiten lebte Herr S. zum Beispiel in dauerndem Stress und auch seine Grippe vom letzten Winter konnte er nie so recht auskurieren; er hatte dazu keine Zeit. Kein Wunder also, dass seine Widerstandskraft geschwächt und dieser Polleninvasion nicht gewachsen war.

### **Die Vorgänge im Organismus**

Wie kann nur ein harmloser Blütenpollen eine derart heftige Reaktion auslösen? Für den menschlichen Organismus ist der Pollen, wenn er beim Einatmen auf die Schleimhäute der Nase und der oberen Luftwege trifft, ein Fremdstoff, der als Antigen bezeichnet wird. Gegen den Eindringling wehrt sich der Körper und produziert seinerseits Abwehrstoffe, sogenannte Antikörper. Nachdem er zum ersten Mal mit den Blütenpollen in Berührung gekommen ist, «weiss» er nun, mit welchem «Feind» er es zu tun hat. Kein Wunder, dass beim nächsten Pollenflug, ein Jahr später, die Abwehrreaktion viel stärker ist und der Körper schneller und in vermehrter Masse Antikörper produziert. Es werden dabei Histamin und viele andere Stoffe freigesetzt, die als sichtbares Zeichen dieser Abwehrschlacht das einem Katarrh ähnliche Erscheinungsbild des Heuschnupfens ergeben. Warum nicht jeder an Heuschnupfen erkrankt, hängt vom Erbgut ab. Dem einen können die Pollen nichts anhaben, sie sind für den Organismus neutral, und beim an-

deren finden sie einfach keine «Gegenliebe» und deshalb wehrt sich der Körper gegen diesen unliebsamen Gast.

### **Die verspätete Hilfe**

Leider versäumte es Herr S., mindestens zwei Wochen vor dem Pollenflug seine Empfindlichkeit gegen Pollen zu vermindern oder den Körper vollständig zu immunisieren, das heisst gegen den Eindringling unempfindlich zu machen. Jetzt war es schon zu spät. Die einzige Möglichkeit bestand darin, ein unschädliches Mittel ohne Nebenwirkungen einzunehmen. Diese Forderung kann nur ein Präparat erfüllen, das in einer erprobten pflanzlichen und homöopathischen Zusammensetzung eine optimale Wirkung gewährleistet. Schliesslich fand der vielgeplagte Herr S. ein solches Mittel. Bei einem akuten Heuschnupfen reicht natürlich die einfache Dosierung, die sonst für eine Immunisierung notwendig ist, nicht aus. Man muss schon, verständlicherweise, die Dosis erheblich erhöhen und stündlich die vorgeschriebene Anzahl Tropfen oder Tabletten einnehmen. Auf diese Weise dosiert, nahmen auch bei Herrn S. die starken Reaktionen langsam ab. Der Schnupfen und die Augenempfindlichkeit liessen nach und Herr S. konnte bald seiner gewohnten Arbeit nachgehen, ohne eine Müdigkeit oder Konzentrationschwäche zur verspüren, die bei chemischen Medikamenten oft eintreten.

Wir sind davon überzeugt, dass Herr S. im nächsten Jahr etwas vorsichtiger sein wird. Er muss auf das Wochenende in der schönsten Jahreszeit nicht verzichten, wenn er sich rechtzeitig für den Kampf gegen die Pollen wappnet. W. G.

## **Bade- oder Wanderferien**

Wie schnell gehen doch die Jahreszeiten vorüber. Man hat den Eindruck, dass die Zeit viel rascher vorbeigeht, als es früher der Fall war. Das mag mit der hektischen Zeit zusammenhängen, von der das heutige Leben geprägt wird. Wenn wir die gesundheitlichen Vorteile der Badeferien mit den-

jenigen der Wanderferien vergleichen, dann müssen wir sicher den Wanderferien den Vorzug geben. Noch besser ist es, wenn wir beides kombinieren können. Viele Leute, besonders lymphatische Naturen, können durch reine Badeferien gesundheitlich grosse Nachteile auslösen.