



Kaum sind die ersten farbigen Krokusse da, fliegen schon wieder die Pollen und bescheren uns nebst Frühlingsduft auch viele Schnupfnasen. Ungefähr ein Viertel der Bevölkerung leidet unter den Symptomen einer Pollenallergie. Natürlich sind auch viele Kinder davon betroffen. Glücklicherweise verursachen die Pollen bei Kindern unter 3 Jahren nur sehr selten Symptome, so dass bei den Schnupfnasen der Kleinsten primär von einer Erkältung ausgegangen werden kann. Zu den sichtbaren Symptomen des Heuschnupfens wie der laufenden Nase, dem Niesreiz, den juckenden und tränen- den Augen stellt sich in den meisten Fällen auch eine ausgeprägte Müdigkeit ein. Gerade bei Schulkindern kann dies zu einer erheblichen Belastung im Schulalltag werden. Manche Kinder reagieren mit einem allergischen Asthma auf die Pollen, welches bei zusätzlicher körperlicher Anstrengung draussen oder beim Sport Atemprobleme verursachen kann. Bei Atemproblemen müssen die Symptome immer von einem Arzt abgeklärt werden. Wird eine Therapie mit Asthma-Medikamenten notwendig, unterstützt Sie der Kinderexperte in der Apotheke und hilft mit, dass die Medikamente optimal angewendet werden – eine Asthmatherapie braucht nämlich ein Training! Auch bei der Behandlung der verschiedenen Symptome der Pollenallergie steht Ihnen der Kinderexperte mit Rat zur Seite. Gerade bei Kindern ist es wichtig, dass die Pollenallergie nicht nur mit Augentropfen und Schnupfensprays behandelt wird, sonst

bleibt die Müdigkeit bestehen. Tabletten oder Tropfen, welche eingenommen werden, sind hier die bessere Wahl. Natürlich gibt es auch im Bereich der Heuschnupfen-Medikamente sehr gut wirksame alternativmedizinische Präparate. Ihr Kinderexperte hilft Ihnen gerne weiter. So oder so, die eingesetzten Medikamente sollten für die Kinder gut verträglich sein und ihnen ermöglichen, Bewegung und Spiel in der freien Natur zu geniessen und auszuleben.

In der Zeit des Pollenfluges können einfache Alltags- tricks Linderung verschaffen. Tragen Sie an sonnigen Tagen ausserhalb des Hauses stets eine Sonnenbrille. Lüften Sie das Schlafzimmer früh morgens vor Sonnenaufgang und schliessen Sie danach die Fenster für den Rest des Tages, denn die Pollen fliegen tagsüber. Deponieren Sie Ihre getragenen Kleider ausserhalb des Schlafzimmers und waschen Sie sich vor dem Zubettgehen die Haare. Aber vor allem, geniessen Sie die Frühlingstage und lassen Sie sich in Ihrer Apotheke beraten, bevor Ihnen und Ihren Kindern die Pollen einen Strich durch die Rechnung machen!



Barbara Kursawe, Apothekerin
TopPharm Homberg Apotheke
zertifizierte medinform-kinderapotheke