

Hilfe, Pollen! Das können Sie bei gereizten Augen tun

Juckende, brennende und gerötete Augen nach einem schönen Sommertag? Eine Bindehautreizung kann durch Pollen ausgelöst werden, auch wenn bisher keine Allergie bekannt ist. Dr. med. Andrea Baeriswyl, Leiterin der Eyeparc-Augenarztpraxis in Köniz, gibt Auskunft über Symptome, Ursachen und Therapiemöglichkeiten.

Was sind die häufigsten Anzeichen, die an eine Pollenreaktion der Augen denken lassen?

Sind die Augen im Verlauf des Tages zunehmend gereizt, vor allem nach einem Aufenthalt im Freien, so könnte dies auf eine Pollenreaktion oder allergische Reaktion hindeuten. Die häufigsten Symptome sind Rötung, Tränenlaufen, Juckreiz, Brennen und Kratzen. Oftmals sind zudem die Lider etwas geschwollen, manchmal kann sogar eine Lichtempfindlichkeit auftreten.

Was können Betroffene dagegen unternehmen?

Am besten ist natürlich, den auslösenden Pollen auszuweichen. Da dies nicht immer möglich ist, empfiehlt es sich, die Symptome zu behandeln. Dies bedeutet regelmässig befeuchtende Augentropfen anzuwenden und die Augenregion mit kalten Kompressen zu reinigen. Auf keinen Fall sollte dem Juckreiz nachgegeben und in den Augen ge-



Pollenablagerung auf Oberflächen

rieben werden! Es kann auch sehr hilfreich sein, abends die Haare zu waschen, damit die Pollen nicht über das Kopfkissen mit dem Gesicht in Kontakt kommen. Kontaktlinsenträger sollten in dieser Zeit auch auf das Tragen der Linsen verzichten, damit es zu weniger Reibung und Reiz kommt.

Wann sollte eine fachärztliche Beurteilung erfolgen?

Ist die lokale Reaktion zu ausgeprägt und lässt sich nicht durch symptomatische Massnahmen verbessern, so sollte unbedingt eine augenärztliche Kontrolle erfolgen. Je nach Ausmass müssen dann stärkere Augentropfen verordnet werden. Diese enthalten meist Antihistaminika oder Kortison. Auf vasokonstriktive Augentropfen, sogenannte Weissmacher, sollte möglichst verzichtet werden, da diese das Auge über längere Zeit noch mehr reizen als beruhigen. Wenn ausser Symptomen an den Augen noch weitere Reaktionen auftreten, insbesondere Schnupfen, eine laufende Nase oder auch Atembeschwerden, Husten oder Halsschmerzen, so ist unter Umständen auch eine systemische Therapie in Form von Antihistamin-Tabletten und gegebenenfalls auch eine Allergie-Abklärung sinnvoll.



Pollenkörner werden in den Staubblättern diverser Pflanzen gebildet

Wie lange dauert eine Pollenreaktion?

Die Reizung der Augen kann so lange andauern, wie Pollen in der Luft sind. Je nachdem, auf welche Pollen die Reaktion erfolgt, kann dies sogar schon im Winter mit den ersten Haselpollen beginnen. Es existieren mittlerweile mehrere Webseiten und Apps, welche über die aktuelle Pollenbelastung informieren. Meist ist die Reaktion auf eine oder auch mehrere Pollenarten beschränkt und nimmt ab, sobald diese aus der Luft verschwinden, zum Beispiel nach Regenwetter oder wenn die Blütezeit vorüber ist.

Sind davon nur junge Menschen betroffen?

Eine Pollenallergie kann man irgendwann im Laufe des Lebens entwickeln. Sie kann sich mit der Zeit wieder abschwächen, bleibt jedoch meistens in einem gewissen Aus-

mass bestehen. Am häufigsten sind daher Menschen zwischen 5 und 40 Jahren betroffen. Allerdings schützt Alter nicht vor Pollenallergie! In den letzten Jahren wird immer häufiger beobachtet, dass sich eine Pollenallergie auch im fortgeschritteneren Alter neu entwickeln kann.

Mögliche Symptome bei einer Pollenreaktion

- Juckreiz
- Brennen
- Rötung
- Tränenlaufen
- Kratzen, Fremdkörpergefühl
- Lidschwellung
- Lichtempfindlichkeit
- Unscharfes Sehen



Die Fragen zu Pollen und allergischer Bindehautreaktion beantwortet Frau Dr. med. Andrea Baeriswyl, Leiterin der Eyeparc-Augenarztpraxis am Bläuackerplatz im Zentrum von Köniz. In ihrer Freizeit ist die gebürtige Senslerin im Sommer und Winter oft zu Fuss oder mit den Langlaufskis im Gantrischgebiet unterwegs.

EYEPARC Köniz
Bläuacker 8
3098 Köniz

031 971 71 71 / eyeparc-koeniz@hin.ch
Termine können auch online gebucht werden
www.eyeparc-koeniz.ch

Telefonzeiten:
Montag bis Freitag, 8 bis 12 Uhr / 13 bis 15 Uhr