

Detektivarbeit beim Aufspüren von Allergien und Intoleranzen

Interview mit Univ. Prof. Dr. med. Reinhart Jarisch, Facharzt für Dermatologie, FAZ-Floridsdorfer Allergie Zentrum in Wien



Herr Professor Jarisch, Sie sind praktizierender Allergologe und Dermatologe und Gründer des Floridsdorfer Allergie Zentrums (FAZ) Wien. Welches sind die Schwerpunkte Ihrer Tätigkeit?

Die Schwerpunkte sind auf Grund der zahlreichen Zuweisungen Allergien und Intoleranzen. Daneben sind immer wieder verschiedenste Hautkrankheiten insbesondere die Neurodermitis Thema unserer Aufklärungsarbeiten.

Sie haben neben hunderten wissenschaftlichen Publikationen auch eine Vielzahl medizinischer Ratgeber für Patientinnen und Patienten herausgegeben. In Ihrem neuen Buch über Allergien vergleichen Sie Allergologen mit Columbo. Haben Sie außer Intuition neuere Instrumente zur Verfügung als der TV-Detektiv in den 1970er bis -80er Jahren?

Abgesehen davon, dass manche Erkrankungen Blickdiagnosen erlauben, ist das Zuhören der Krankengeschichte wichtig. Man muss nur die wichtigsten Worte der Anamnese herausnehmen und so wie Columbo konsequent weiterverfolgen. Ein kleines Beispiel: wenn ein Patient sagt, dass er müde ist, dann muss das noch nichts bedeuten. Verwendet er aber das Wort Müdigkeit, dann bestimmen wir immer die Tryptase und werden meistens fündig.

Wichtig ist immer der Hauttest (Prick- und Prick-Pricktest, sowie in Ausnahme-

fällen der Intradermaltest). Dies zu betonen ist in Zeiten, wo viele glauben, dass der Bluttest zur Bestimmung der IgE-Antikörper genügt, besonders wichtig. Der Hauttest ist ein Funktionstest!

IgE Antikörper beweisen die Sensibilisierung, aber nicht eine klinisch relevante Allergie.

Eine Studie an Schülern von Frau Prof. Gadermaier aus Salzburg zeigte, dass 25% der Schüler unter einer Allergie litten, aber weitere 25% IgE-Antikörper im Blut aufwiesen, ohne erkrankt zu sein. Würde man nun nur die IgE-Antikörper zur Diagnose nehmen, dann wäre die Hälfte der Befunde falsch!

Ein diesbezüglich schönes Beispiel sind hier die Imker. Imker mit IgE und IgG-Antikörpern haben keine Beschwerden nach einem Bienenstich.

Diese Beobachtung führt daher logischerweise auch dazu, dass es Sinn macht, vor Beginn einer AIT (Allergen Immuntherapie) auch schon die IgG-Antikörper zu bestimmen. Sind schon welche in geringem Ausmaß vorhanden, dann darf man ein gutes Ergebnis der AIT erwarten, da der Patient in der Lage ist IgG-Antikörper zu bilden.

Was ist der Unterschied zwischen Allergie und Intoleranz?

Eine Allergie bedeutet eine Immunantwort, das heißt entweder spezifische IgE-Antikörper oder sensibilisierte Lymphozyten. Intoleranzen zugrunde liegt ein Enzymmangel wie bei Laktose-Intoleranz und Histamin-Intoleranz. Bei der Fruktose-Intoleranz liegt eine Störung des Transportmechanismus im Darm vor.

Prof. Lorenz aus Marburg hat sich als Erster mit der Histamin-Unverträglichkeit beschäftigt. Unser Verdienst war die Entwicklung eines praktikablen Bluttests zur Bestimmung der DAO (Diaminoxidase = Histamin abbauendes Enzym). Er hat das Krankheitsbild Histaminose genannt, das nahe legt, dass Histamin meist erhöht ist. Tatsächlich konnten unsere Studien zeigen, dass meistens die DAO erniedrigt ist.

Sie sind Erstbeschreiber der Histamin-Intoleranz. Was versteht man darunter?

Histamin wird vom Körper selbst erzeugt. Das Problem ist ein Zuviel an

Histamin. Neben einer typischen Anamnese (häufige Kopfschmerzen und Migräne, Herzrhythmusstörungen, Asthma bronchiale, niedriger Blutdruck, Durchfälle und Dysmenorrhö und Unverträglichkeiten von insbesondere Rotwein und Histamin-reichen Speisen) erfolgt die Diagnose durch Bestimmung von Histamin und DAO im Blut. Dann Einhalten einer Histamin-freien Diät für 14 Tage und neuerliche Blutbestimmung.

Der Titel der zweiten Auflage Ihres Buches über Histamin-Intoleranz wurde um den Co-Titel „Histamin und Seekrankheit“ ergänzt. Was hat Histamin mit Seekrankheit zu tun?

Der wichtigste Auslöser der Seekrankheit ist Histamin.

Zufällig bin ich beim Literaturlesen darauf gestoßen, dass Vitamin C Histamin oxydativ abbauen kann. Das konnte ich zuerst nicht glauben, dass es eine inverse Relation zwischen Histamin und Vitamin C gibt. Dann ist mir das Krankheitsbild Mastozytose eingefallen! Wenn es also stimmt, dass es eine inverse Relation zwischen Histamin und Vitamin C gibt, dann muss es sein, dass Mastozytosepatienten einen niedrigen Vitamin C-Spiegel haben. In der Tat konnten wir das zeigen.

Diese Tatsache war der Schlüssel und Türöffner zur Deutschen Marine, wo wir signifikant nachweisen konnten, dass Vitamin C-Kautabletten gegen Seekrankheit helfen können. Dies führte dann zur Entwicklung eines Vitamin C-haltigen Kaugummis: Sea Gum, in jeder Apotheke erhältlich.

Die Histamin-Intoleranz als Krankheitsbild ist nicht unumstritten. Was können Sie den Kritikpunkten der Skeptiker entgegnen?

Da gibt es viele Antworten! Es ist bemerkenswert, dass man Histamin seit etwa 100 Jahren kennt, aber erst seit Beschreibung der Histamin-Intoleranz in den Fokus der Aufmerksamkeit gelangt ist. Da die Bestimmung von Histamin Speziallabors vorbehalten ist, wird regelmäßig nur die DAO bestimmt, was in 20% zu falschen Ergebnissen führt. Wenn ich also nicht die Möglichkeit habe, Histamin zu bestimmen, dann ist das so wie der Fuchs, dem die Trauben zu hoch hängen.

Besonders bemerkenswert ist, dass keiner der Autoren der Leitlinie für Histamin-Intoleranz je eigene Untersuchungen über Histamin-Intoleranz verfasst haben.

Auffallend auch die Tatsache, dass man, wenn man bei Amazon Buchtitel mit dem Titel „Histamin-Intoleranz“ sucht über 60 Werke findet. Das spricht für sich und den Bedarf einer Information von Seiten der betroffenen Patienten. Zuletzt fällt mir noch der Titel eines kürzlich erschienen Buches ein: „Als die Dummheit die Forschung erschlug.“

Wie und wo lassen sich Antihistaminika sinnvoll einsetzen?

Logischerweise bei durch Histamin bedingten Erkrankungen. Vor allen medizinischen Eingriffen wie Injektionen (Impfungen), Operationen und Zahnarztbesuchen.

Bei der AIT wenden wir die Antihistaminika Prämedikation mit großem Erfolg seit Jahrzehnten an (mit dem zusätzlichen Ergebnis, dass diese Maßnahme das Ergebnis der AIT verbessert). Auch als Prämedikation vor Insektenstichen machen Antihistaminika Sinn. Daher: ein Antihistaminikum zu geben ist nie falsch.

Reicht die medizinische Ausbildung zum Allergologen, um das Millionenheer an Allergikerinnen und Allergiker im deutschsprachigen Raum angemessen zu versorgen?

Um die Allergie zu verstehen ist neben der medizinischen Ausbildung zum Dr. med. auch eine Facharzt Ausbildung in den Fächern Dermatologie, HNO, Pulmologie und Pädiatrie erforderlich. Darüber hinaus eine lebenslange Weiterbildung auf Allergiekongressen.

Befürworten Sie eine qualifizierte Ernährungsberatung zur Therapie-Ergänzung?

Bei Nahrungsmittel-Intoleranzen aber auch Allergien macht die Beratung durch eine Diätologin durchaus Sinn.

Herr Professor Jarisch, wir danken Ihnen für das Gespräch.

Das Interview führte *Andreas Steneberg*.

Urlaubsfreude statt Übelkeit: Aktiv gegen die Seekrankheit

Schiffsurlaube sind wieder im Kommen: Nach dem starken coronabedingten Einbruch bewegt sich die Zahl der Kreuzfahrten langsam wieder auf das vorpandemische Niveau zu, als pro Jahr über zwei Millionen Deutsche eine Kreuzfahrt unternahmen. Damit steigt verlässlich auch die Zahl der Seekranken wieder in die Hunderttausende. Bei Hochseekreuzfahrten muss jeder dritte bis vierte Passagier damit rechnen, zumindest vorübergehend von Unwohlsein befallen zu werden.



Rollen, Stampfen und Schlingern lässt empfindliche Naturen bloss um die Nase werden (Foto: ©Austria Forum.org)

„Besonders stark wirkt die Auf- und Abwärtsbewegung des Schiffsrumpfes – das so genannte Stampfen – in Verbindung mit einer rollenden Bewegung um die Längsachse des Schiffes auf die Gleichgewichtsorgane“, sagt Allgemein- und Reisemediziner *Jens Kohfahl* aus Cuxhaven. Und damit seien die Voraussetzungen für eine Bewegungskrankheit (Kinetose), zu denen die Seekrankheit zählt, bereits gegeben. Als Hauptauslöser gilt der Konflikt zwischen dem, was das Gleichgewichtsorgan an das Gehirn meldet, und den Informationen, die es aus anderen Sinnesorganen wie dem Auge oder den Sensoren für die Körperstellung erhält, die dort eintreffen. Je nach Schweregrad stellen sich Müdigkeit, Völlegefühl, Übelkeit und Erbrechen ein, auch Schweißausbrüche sind nicht selten. **Der Überträgerstoff Histamin gilt als hauptverantwortlich für die Auslösung von Erbrechen.**

Immun gegen das Übel sind nur Kinder unter zwei Jahren. Bis zur Pubertät sind dann vor allen Jungen betroffen, im Erwachsenenalter jedoch deutlich mehr Frauen, vor allem während der Menstruation und der Schwangerschaft. Ab dem Klimakterium ist das Geschlechterverhältnis wieder ausgeglichen.

Außerdem sollte darauf geachtet werden, keine voluminösen Mahlzeiten einzunehmen und auf **histaminhaltige Speisen** wie Salami, Hartkäse, Sauerkraut oder Thunfisch aus der Dose zu verzichten. Auch Schokolade, Knabbergebäck, Rotwein, Kaffee oder grüner Tee sollten vermieden werden.

Wenn sich bereits ein erstes Unwohlsein ankündigt, rät *Kohfahl* dazu, aktiv gegenzusteuern. Das kann zum einen über eine ablenkende Beschäftigung sein – möglichst an Deck, an der frischen Luft und mit dem Horizont im Blick. Auch eine bewusste Atmung kann die Übelkeit lindern: Man sollte beim Vornüberbeugen einatmen und in der Rückwärtsbewegung ausatmen.

Die gute Nachricht für Schiffsurlauber: nach 24 Stunden an Bord setzt meist eine Gewöhnung ein. Die Symptome der Seekrankheit klingen dann von selbst ab.

Aktiv gegen die Seekrankheit - was hilft?

Zur Vorbeugung:

- Akupressurbänder beidseitig an den Innenseiten der Handgelenke anlegen
- Brille mit künstlichem Horizont aufsetzen
- Vitamin C oder Ingwer wirken gegen Übelkeit
- Kohlenhydrathaltige, aber nicht zu üppige Mahlzeiten einnehmen
- Histaminhaltige Nahrung meiden

Prophylaktisch und akut wirkende Medikamente

Manche antiemetischen, also die Übelkeit dämpfenden Medikamente, die für die Seekrankheit zugelassen sind, enthalten die Wirkstoffe Dimenhydrinat, Cinnarazin, Scopolamin oder Promethazin. Als Nebenwirkungen treten jedoch oft Müdigkeit und eine verlängerte Reaktionszeit auf – für Mitglieder der Schiffsführung sind die Wirkstoffe daher tabu.

Hilfe bei akuten Beschwerden:

- Beschäftigung suchen/Ablenken
- spezielle Atemtechnik
- Blick auf den Horizont
- Aufenthalt möglichst nahe der Schiffsmitte
- In Rückenlage legen, Augen schließen

Quelle: CRM-Centrum für Reisemedizin, 10. März 2023