

Liebe Leserinnen und Leser,



nummehr ist es zwei Jahre her, dass Viren eine dominante Rolle in unserem Alltag und unserer Lebensführung eingenommen haben. Davor fühlte sich der Mensch, zumindest in Ländern mit hohem Hygienestandards und einem hochentwickelten Gesundheitswesen, relativ sicher im Umgang mit einem periodisch auftretenden Erregerspektrum. Beim Coronavirus SARS-CoV2 lernt der Körper erst dazu, wie schwere Krankheitsverläufe mit hoher Sterblichkeit zeigen. Es wird noch einige Zeit dauern, bis sich der Mensch als Reservoirwirt an dieses Virus angepasst hat, das dieses Bestreben durch eine eigene Überlebensstrategie mit ständigen Mutationen umgehen will.

Diese Resistenzentwicklung ist auch bei bakteriellen Erregern bekannt und gefürchtet. Als Beispiele genannt werden Krankenhauskeime wie multi-resistenter *Staphylococcus aureus* (MRSA) und so genannte ESKAPE-Pathogene (*Enterococcus faecium*, *Staphylococcus aureus* und *Pseudomonas aeruginosa*). Die Anpassung dieser Erreger an den vermehrten Einsatz von Breitspektrum-Antibiotika macht diese Arzneimittel wirkungslos. Da die letzten medikamentösen Waffen gegen resistente Keime – Reserveantibiotika – unter anderem in der Massentierhaltung verpulvert werden, geht das pharmazeutische Streben in Richtung Entwicklung von neuen Wirkstoffen.

Als eine Alternative zu Antibiotika stellt *Julia-Alexandra Giesbrecht* die Phagentherapie vor. Phagen (Bakteriophagen) sind spezielle Viren, die Bakterien angreifen und für den Menschen ungefährlich sind. In osteuropäischen Ländern wie Georgien, Russland und Polen werden Phagenlösungen verabreicht. Hierzulande sind „Phagencocktails“ therapeutisch noch nicht anerkannt.

Um ein Gesundheitsthema geht es auch im weiteren Schwerpunkt in dieser Ausgabe der UMWELT & GESUNDHEIT. Gegenstand ist die so genannte Histamin-Intoleranz (HIT), oft als „*Morbus Gouda*“ belächelt. Seit Mitte der 1980er Jahre wurde der Verzehr biogener Amine (vor allem Histamin) unterhalb einer Vergiftungsdosis in Verbindung mit Nahrungsmittelunverträglichkeiten gebracht. Insbesondere lang gereifte und Milchprodukte wie Hartkäse, fermentierte Rohwürste wie Salami, Fische wie Thunfisch und Makrele sowie Alkoholika werden als Auslöser verdächtigt. Schätzungen gehen bei dieser von medizinischer Seite nicht als Krankheit anerkannten Nahrungsmittelunverträglichkeit von Hundertausenden Betroffenen aus. Bis heute kann aufgrund mangelnder Labortests und Symptomreproduzierbarkeit keine eindeutige Diagnose gestellt werden.

Wir stellen eine aktualisierte Therapie-Leitlinie deutschsprachiger medizinischer und immunologischer Fachverbände vor, die vor allem beabsichtigt, Diätschäden zu vermeiden. Hilfe im Alltag finden Betroffene in Selbsthilfegruppen.

Weitere Umwelt- und Allergiethemata finden Sie auch in dieser UMWELT & GESUNDHEIT. Wir informieren Sie wie gewohnt über aktuelle Forschungsergebnisse, die uns bekannte Phänomene erklären, aber auch Hilfe für den Alltag bieten und zukünftige Therapieoptionen aufzeigen. Auch Verbraucher- und Ernährungstipps kommen nicht zu kurz.

Die diesjährige Jahreshauptversammlung hat der AVE. e.V. digital durchgeführt. Trotz mangelnder finanzieller Unterstützung hat es der Vorstand geschafft, die Anliegen der Mitglieder zu vertreten und steht ihnen auch weiterhin ehrenamtlich telefonisch oder per Email-Anfrage zur Verfügung. Die UMWELT & GESUNDHEIT soll auch 2022 in gewohntem Umfang erscheinen. Falls die Material- und Portokosten weiterhin steigen werden, ist nicht auszuschließen, dass der Abo-Preis zum Selbstkostenanteil leicht erhöht werden muss.

AVE-Vorstandsmitglied und Heilpflanzenexpertin *Sonja Czerkus-Yavuz* stellt zum Ausklang des Jahres den Kakao-Baum vor, dessen einzigartige Inhaltsstoffe unser Wohlbefinden auch in finsternen Zeiten steigern.

Ein gesundes neues Jahr wünscht

Ihr *Andreas Steneberg*

Impressum	111
Forum	112
AVE aktuell	114
• Mitgliederversammlung 2021	
Schwerpunkt I	116
• Mit Viren gegen die Antibiotikakrise von <i>Julia-Alexandra Giesbrecht</i>	
• Neue Strategien gegen den Problemerkern <i>Pseudomonas aeruginosa</i>	
Interview	121
• Es ist falsch, über die Natur oder Menschen zu verfügen, als wären sie Kapital Interview mit <i>Pierre L. Ibisch</i>	
Bücher	122
Schwerpunkt II	124
• Histamin-Intoleranz (HIT) – ein Krankheitsbild, das es gar nicht gibt?	
• EHRS-Webinar: Histaminarme Diäten: Fakten und Kontroversen	
• Selbsthilfe – www.histamin-bergischland.de	
Therapie aktuell	128
• Bei Zweifeln: Ärztliche Zweitmeinung einholen	
• Neues Medikament für die Behandlung der Zöliakie	
Allergie aktuell	130
• Anwendung von Inhalatoren	
• Apps – Moderne Dienstleistungen für Allergikerinnen und Allergiker	
Kinder Umwelt Gesundheit	132
• Allergien und SARS-CoV-2-Impfung bei Kindern und Jugendlichen	
• Kinder mit ADHS	
Verbraucherschutz aktuell	133
• Tipps gegen Schimmel und Bakterien im Haushalt	
• Bessere Luft in Innenräumen	
• Was ändert sich 2022 bei Gesundheit, Ernährung und Wohnen?	
Ernährung aktuell	135
• Richtige Ernährung für den Rücken	
• Hefen – Industrieprodukte mit biologischer Herkunft	
• Do-it-yourself-Hefen	
• Mythos Kaffee im Gesundheitscheck	
Heilpflanzen	141
• Kakaobaum – <i>Theobroma cacao</i>	