



## Bei der Nachsorge hakt's

# Insektengift-Allergiker oft im Stich gelassen

**Auf einen Bienen- oder Wespenstich reagieren viele Menschen allergisch. Die ärztliche Nachsorge läuft oftmals nicht optimal, wie jetzt eine Umfrage unter Betroffenen zeigt.**

— Bei der Umsetzung medizinischer Leitlinien in der Versorgung von Patienten mit Bienen- und Wespengift-Anaphylaxie gibt es offenbar erhebliche Defizite in der Nachsorge. Viele Patienten erhalten keine Empfehlungen für das weitere Vorgehen und auch keinen Allergikerausweis. Das geht aus einer Um-

frage von Allergologen und Notfallmedizinern um Prof. Thilo Jakob von der Universität Gießen hervor.

### Zu wenig Aufklärung

Die Ärzte schickten dazu 548 Betroffenen einen standardisierten Fragebogen zu. Nach den Antworten der Teilnehmer hatten nur 55% bei der Therapie Empfehlungen für das weitere Vorgehen erhalten. Fast 70% war kein Allergikerausweis und über 40% kein Rezept für ein Notfallset ausgestellt worden. Bis zum Start der Studie waren immerhin 90%

der Patienten mit Notfallmedikamenten ausgestattet worden. Über die ordnungsgemäße Anwendung wurde aber laut Patientenangaben nur etwa jeder Zweite unterrichtet. Überdies erhielten nur 77% einen Adrenalin-Autoinjektor. Noch dazu war bei jedem Zweiten das Verfallsdatum des Injektors zum Zeitpunkt der Befragung überschritten. Nur 46% der Patienten hatten direkt im Anschluss an die Anaphylaxie einen Allergologen aufgesucht. ■ bs

▪ Manmohan M et al. *Allergo J.* 2018;27(1):4–14

## Gegen die Bronchokonstriktion

# Bei Asthma hilft Warmmachen im Intervall

**Asthmapatienten, die sich vor dem Sport warmmachen wollen, sollten auf kontinuierliche moderate Belastung verzichten. Besser ist es, sich in Intervallen submaximal zu belasten.**

— Patienten mit Asthma stehen gewissermaßen vor einem Dilemma. Einerseits verhindert körperliche Aktivität, dass sie immer inaktiver werden und in eine physische Abwärtsspirale geraten. Andererseits zählt sportliche Aktivität zu den Hauptauslösern von Asthmaproblemen: Knapp 31% der Patienten berichten laut Studiendaten über Belastungsasthma.

Wie Asthmatiker sich dem Sport nähern sollten, darüber informierte James Hull, Atemwegsspezialist am Royal Brompton Hospital in London, auf dem Kongress der European Academy of Allergy and Clinical Immunology 2018 in München. Der Zusammenhang zwi-

schen Asthma und Sport ist evident – Hull nannte Zahlen, wonach 70% der Top-Schwimmer und -Radsportler an anstrengungsinduziertem Asthma leiden. Rezepte dagegen gibt es einige, z. B. Omega-3-Fettsäuren, Koffein oder das Vermeiden von Kälte. Hull verwies aber auf ein anderes Phänomen, das sich Sportler mit Asthma zunutze machen können: Unter wiederholten Belastungsphasen im Intervall schwächt sich die bronchiale Konstriktion nach und nach ab. Es entwickelt sich eine Art Refraktärphase, die einige Stunden anhalten kann. Vermutet wird unter anderem, dass eine Interaktion von Leukotrienen und Prostaglandinen zur vorübergehenden Unempfindlichkeit auf Belastung beiträgt.

### Schon bloßes Hyperventilieren hilft

Hull berichtete von einer kleinen Studie schweizerischer Forscher, die untersucht haben, ob sich dieser Effekt auch durch bloße Hyperventilation auslösen lässt – also ohne sich gleichzeitig körperlich zu belasten. Ein entsprechendes Vorprogramm mit einer zehnmütigen normokapnischen Hyperpnoe unter teilwei-

ser Rückatmung eine halbe Stunde vor einer erschöpfenden Ergometerbelastung schwächte den Schweregrad der belastungsinduzierten Bronchokonstriktion betroffener Patienten tatsächlich ab. Die sportliche Leistung wurde nicht beeinträchtigt, und die Lunge erholte sich sogar rascher.

Seine Erkenntnisse fasste Hull in fünf Punkten zusammen:

- 1 Asthmatiker sollten sich vor dem Sport in Intervallen variabler Intensität bis nahe dem Maximum warmmachen.
- 2 Warmmachen unter kontinuierlicher niedriger oder moderater Belastung ist zu vermeiden.
- 3 Es ist möglich, sich in Umgebungen mit hoher Luftfeuchte aufzuwärmen.
- 4 Der zusätzliche Einsatz von inhalativen Substanzen führt zu einem Summeneffekt.
- 5 Auch ein intensives, rein respiratorisches Warm-up scheint Asthmapatienten zu helfen. ■ rb

▪ Nach einem Vortrag der Dermatology Section beim Kongress 2018 der European Academy of Allergy and Clinical Immunology (EAACI), München, 26.–30. Mai

