

## *Es ist doch nur ein Heuschnupfen!* **Allergien werden viel zu oft als banal abgetan**

*Familien mit allergiekranken Kindern erfahren häufig Unverständnis. Die Krankheit wird heruntergespielt, als Schwäche oder Anderssein aufgefasst. Im Alltag entstehen so oft Überforderung und Verunsicherung bei Eltern und Kind.*



Eine Nahrungsmittelallergie gegen Hühnerei bedeutet nicht nur, dass ein Nahrungsmittel zu schwerwiegenden Reaktionen wie Urtikaria oder Angioödem führen kann, sondern auch das Kreuzreaktionen mit anderen Hühnerallergenen auftreten können und respiratorische Beschwerden wie Asthma oder Rhinitis hervorrufen. Haut- und Atemwegserkrankungen können unangenehmste und bedrohliche Reaktionen auslösen, die nicht selten ärztliche Hilfe notwendig machen. Im Laufe der letzten Jahre haben sich in der Bevölkerung eine Sensibilität und Verständnis entwickelt.

Wer das erste Mal eine schwerwiegende allergische Reaktion erlebt hat, der empfindet das meistens so: „Das habe ich so nicht geahnt“.

### **Starke Zunahme von allergischen Erkrankungen**

Wie lässt sich aber wirklich der Alltag eines Kindes so gestalten, dass ein Notarzteinsatz verhindert wird? Sogenannte atopische Erkrankungen haben in den letzten 20 Jahren besonders im Kindes- und Jugendalter stark zugenommen. Somit besteht ein Anliegen der Kinder- und Familien-Selbsthilfe Arbeitsgemeinschaft Allergiekrankes Kind - Hilfen für Kinder mit Asthma, Ekzem, oder Heuschnupfen

(AAK) e.V. darin, die umweltbedingten Zusammenhänge solcher atopischen Erkrankungen aufzuzeigen und die Rechte der Kinder, in einer gesunden Umwelt aufzuwachsen, zu stärken. Diese Erkrankungen können sich in vielfältiger Weise zeigen. Dieses gilt auch für chronische Entzündungen der Haut.

Aber auch Allergien haben die unterschiedlichsten Auslöser. Häufig sind diese Pollen und Hausstaub, Nahrungsmittel einschließlich der verschiedenen Lebensmittelzusatzstoffe, wie Konservierungsmittel und Farbstoffe, und Substanzen, mit denen die Haut in Kontakt kommt. Den Betroffenen bleibt nichts anderes übrig, als ihre Allergene und Unverträglichkeiten zu vermeiden, was ihren Alltag erheblich einschränkt.

### **Feinstaub und Stickoxide**

In Studien konnte gezeigt werden, dass sich Luftschadstoffe wie Feinstaub und Stickoxide negativ auf die Lungenfunktion auswirken und insbesondere Kleinkinder und Menschen mit chronischen Erkrankungen wie Asthma, COPD, Diabetes und Herz-Kreislaufkrankungen zu schützen sind. Auch der Klimawandel führt zu einer Zunahme der Allergenhäufigkeit, da neue Pflanzen wie z. B. *Ambrosia artemisiifolia* einwandern und die Temperaturzunahme zu verlängerten Pollenflugzeiten, vermehrtem Pollenflug und Änderung der Allergenität bei einheimischen Pflanzen führen.

Daher ist dringender Handlungsbedarf zur Einleitung geeigneter Vorsorgemaßnahmen sowohl für die gegenwärtige als auch für zukünftige Generationen geboten (nach Weißbuch Allergie in Deutschland, 4. Auflage, 2018), um künftig noch mehr Allergien zu verhindern oder deren Schweregrad einzudämmen.

In den letzten Jahren hat sich die AAK damit beschäftigt die Bedarfe und Kompetenzen der Betroffenen und die Kompetenzen der Fachleute zusammenzubringen um die drängenden Themen der medizinischen und pflegerischen Versorgung der Kinder zu klären.

### **Vielfältige Belastungen**

„Allergien beeinflussen das Leben von vielen betroffenen Kindern in negativer Weise. Dies betrifft die gesundheitsbezogene Lebensqualität der Kinder, die deutlich unter dem Durchschnitt anderer Kinder gleichen Alters liegt, als auch ihr Sozialverhalten oder emotionale Befindlichkeiten. Darüber hinaus ist durch die alltäglichen Belastungen, die durch die allergischen Erkrankungen und der daraus resultierenden besonderen Betreuungs- und Behandlungsnotwendigkeiten entstehen, auch das gesamte Familiensystem betroffen. Nicht nur psychosozial, sondern auch finanziell stellt eine Allergieerkrankung die gesamte Familie vor besondere Herausforderungen, die „normale“ Familien mit gesunden Kindern so gar nicht kennen.

Umso wichtiger ist es, betroffenen Kindern und Familien ausreichend Unterstützung und Informationen zu Präventionsmaßnahmen zu vermitteln. Der Bedarf an Information und Beratung ist sehr hoch bei diesen Familien. Neben Fachärzten und Therapeuten sind vor allem Online-Angebote, die durch die Familien zunehmend genutzt werden von Bedeutung, um an das notwendige Wissen im Umgang mit Allergien zu gelangen. Insofern ist es wichtig, neben den Beratungsangeboten auf die Bedürfnisse der betroffenen Familien zugeschnittene Online-Angebote zu entwickeln, die mit entsprechender Fachkompetenz inhaltlich umgesetzt werden. Dies gelingt dann besonders gut, wenn Einrichtungen oder Interessenvertretungen mit guten Kontakten zu den betroffenen Familien federführend an der Gestaltung mitwirken. Schlussfolgerung aus einer AAK-Online-Umfrage.

### **Erfahrungsaustausch und professionelle Hilfe**

Eltern ist der Erfahrungsaustausch und die Wissensvermittlung wichtig, hinsichtlich wie die Lebensqualität von allergiekranken Kindern und deren Eltern verbessert werden kann. In Gesprächsrunden zu verschiedenen Aspekten allergischer Erkrankungen dreht es sich auch darum, wie der Alltag mit seinen täglichen Herausforderungen unter den Gesichtspunkten des ständig erhöhten Aufwands, der Einschränkungen, der psychischen Belastungen und der Therapietreue die Lebensqualität beeinflusst.

„Geht die Treppe familiärer Entwicklung der Lebensqualität nach unten oder nach oben?“ – das sollte jeder selbst beurteilen und bei Bedarf dann auch das Heft selbst in die Hand nehmen. Das schließt aber mit ein, professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen, wenn familiäre Hilfe nicht ausreicht. Das können erfahrene Therapeuten sein, aber auch Menschen aus der Selbsthilfe mit ihrer erlebten Kompetenz, um möglichst sämtliche Potentiale der individuellen persönlichen Entwicklung auszuschöpfen. Da gibt es nichts Vernünftigeres, denn über Krankheitsursachen miteinander zu reden, bringt Verständnis für die krankheitsverursachenden bzw. auslösenden Faktoren. Zu erkennen und zu wissen, dass Irritationen - etwa durch Schadstoffbelastungen - nicht auf die „leichte Schulter“ zu nehmen sind, kommt oft aus eigener Erfahrung und jahrelanger Praxis häufig erst im interfamiliären Austausch „auf den Tisch“. Erst wenn das aber der Fall ist, kann die Lebensqualität allergiekranker Kinder und Jugendlicher auch tatsächlich verbessert werden, indem gemeinsame Lösungsansätze aus best-practice-Beispielen gefunden werden.

### **Eigeninitiative ergreifen und durchsetzen!**

Die eigenen Erfahrungen sollten betroffene Familien jedoch auch - offen, ehrlich und mutig – dort einbringen, wo die Belange allergiekranker Kinder ebenfalls aufgegriffen und verändert werden können.

Das kann zum Beispiel:

- > in der Kommune
- > in Gremien
- > in Verbänden
- > in der Politik

sein. All diese Anlaufstellen sind gerade dann wichtig, wenn die familiäre Kraft allein nicht reicht, um ein „besseres Klima“ in Kita, Schule, Beruf oder im sozialen Umfeld zu erreichen.

Für die Zukunft gilt: Betroffenenkompetenz und Fachkompetenz besser zu einem multidisziplinären Zusammenwirken vereinen sowie Eltern und Fachleute noch weit stärker als bislang in einem Boot zusammenzuführen. Das sollte die ja vom Kindernetzwerk immer wieder in den Fokus gerückte und auch von der AAK verfolgte Devise in der Zukunft sein.

**Die AAK** steht für regionale und über- regionale Austauschmöglichkeiten, Betroffenenkontakte und Informations- sammlungen, persönlich und im Inter- net. Sie tritt für die Rechte der Kinder im gesundheits-umweltpolitischen Bereich ein. Selbsthilfe gibt Betroffenen die Möglichkeit zu einem wertvollen krankheitsrelevanten Erfahrungsaus- tausch und breiter unabhängiger Infor- mation.

Die Erfahrungen unterschiedli- cher Krankheitsverläufe, Alltagsfragen und -tipps sowie unabhängige Informa- tionen tragen erfahrungsgemäß zu einer positiveren Bewältigung des täglichen krankheitsbeeinträchtigten Lebens bei.

M. Stock stellvertr. Bundesvorsitzende,  
A. Werdecker, O.-A. Gießler-Fichtner,  
H. Schweisfurth

Kinder- und Familien-Selbsthilfe Arbeitsgemeinschaft Allergiekranke Kind  
Hilfen für Kinder mit Asthma, Ekzem, oder Heuschnupfen (AAK) e.V.

Bundesverband

Augustastrasse 20

35745 Herborn

Telefon 02772 9287- 0

Homepage: [www.aak.de](http://www.aak.de), [www.kinder-aak.de](http://www.kinder-aak.de)

E-Mail: [mitmachnetz@aak.de](mailto:mitmachnetz@aak.de)