

Akuter Nesselausschlag – was tun?

Liebe Eltern,

ein Nesselausschlag (auch Nesselsucht oder Urtikaria genannt) kommt meistens plötzlich und unerwartet.

Was ist ein Nesselausschlag?

Man versteht darunter flüchtige, juckende, beetartige Erhebungen der Haut (Quaddeln), die aussehen, als sei man in Brennnesseln gefallen. Die Quaddeln und die umgebende Rötung können stecknadelkopf- bis handteller groß sein und den Ort rasch wechseln. Meist besteht ein ausgeprägter Juckreiz. Tritt zusätzlich eine Weichteilschwellung (meist Lippe und Gesicht) auf, spricht man von einem Angioödem.

Man unterscheidet den **akuten** Nesselausschlag, der nach einigen Tagen bis maximal sechs Wochen wieder verschwunden ist, vom **chronischen** Nesselausschlag, der länger als sechs Wochen immer wieder in Erscheinung tritt (siehe Ratgeber „chronische Urtikaria“).

Ist ein Nesselausschlag gefährlich?

Ist der Nesselausschlag nur auf die Haut beschränkt, ist er zwar lästig, aber ungefährlich. Tritt er jedoch im Rahmen einer Allgemeinreaktion z. B. bei einer Insektengift- oder Nahrungsmittelallergie gemeinsam mit Atemnot, Zungenschwellung, Kreislaufschwäche oder anderen bedrohlichen Symptomen auf, sind rasche ärztliche Hilfe und Abklärung der Ursache unbedingt erforderlich.

Was sind die Ursachen eines Nesselausschlags?

Unterschiedliche Auslöser führen durch Freisetzung von Histamin und anderen Botenstoffen zu Ausschlag und

Juckreiz. Diese Auslöser können durch direkten Kontakt mit der Haut oder aber von innen heraus wirksam werden. Es kommt auch vor, dass mehrere Faktoren zusammenwirken müssen, damit sich eine Urtikaria zeigt: z. B. Virusinfekt + Antibiotikum, körperliche Anstrengung + Nahrungsmittel.

Formen des Nesselausschlags

Die wichtigsten Formen des Nesselausschlages bei Kindern und Jugendlichen sind:

Infektausgelöster Nesselausschlag

Dies ist bei Kindern die mit Abstand häufigste Form. Sie tritt akut im Rahmen von ganz unterschiedlichen Infektionen wie grippalen Infekten, Mittelohr- oder Rachenentzündungen auf und verschwindet mit Ausheilen des Infekts wieder. Oft werden zu Unrecht Medikamente, die wegen des zugrundeliegenden Infekts gegeben werden, als Auslöser angeschuldigt. Ein Medikament (z. B. ein Antibiotikum) und ein Infektionserreger können jedoch ursächlich zusammenwirken.

Allergischer Nesselausschlag

Eine Vielzahl von Allergieauslösern kann einen Nesselausschlag verursachen. In Frage kommen vor allem Nahrungsmittelallergene wie Kuhmilch oder Hühnereiweiß, Insektengift-, Arzneimittel-, Inhalations- und Tierallergene.

Pseudoallergischer Nesselausschlag

Pseudoallergische (allergieähnliche) Reaktionen gibt es vor allem auf Medikamente, Konservierungsmittel und Farbstoffe.

Toxischer Nesselausschlag

z. B. durch Hautkontakt mit Brennnesseln oder Quallen.



Akute Urtikaria bei einem Kleinkind.

Nesselausschlag durch physikalische Einflüsse

Kratzen, Druck, Wärme, Kälte, Licht u. a. können eine meist chronisch verlaufende Urtikaria auslösen.

Würmer und andere Parasiten

können einen hartnäckigen Nesselausschlag verursachen.

Unbekannte Ursache

Bei einem großen Teil des chronischen Nesselausschlages lassen sich allerdings auch bei intensivster Suche keine Ursachen finden.

Diagnostische Maßnahmen bei Nesselausschlag

Tritt ein Nesselausschlag einmalig im Rahmen eines Infektes ohne sonstige Begleitsymptome auf und verschwindet nach einigen Tagen wieder, braucht das Kind nicht mit weiteren Untersuchungen belastet zu werden. Ist ein Nesselausschlag jedoch von Symptomen wie Atemnot, Zungenschwellung oder

Kreislaufschwäche begleitet, ist eine eingehende Ursachenabklärung einschließlich Allergietestung erforderlich.

Was kann bei einem Nesselausschlag getan werden?

- Bei einem örtlich begrenzten Nesselausschlag bringt lokale Kühlung (z. B. Coldpack) Linderung.
- Bei ausgeprägter Nesselsucht werden

Antihistaminika (z. B. Cetirizin, Loratadin) eingenommen.

- Bei sehr starker Ausprägung mit Weichteilschwellungen wird zusätzlich Kortison als Saft, Tablette oder Zäpfchen gegeben.
- Bei bekannten Insektengift- oder schweren Nahrungsmittelallergien wird die vom Arzt verordnete Notfallapotheke angewendet.
- Bei zusätzlichen Allgemeinsymptomen

(s. o.) muss unverzüglich ärztliche Hilfe in Anspruch genommen werden.

- Bekannte Auslöser müssen natürlich möglichst streng gemieden werden.

*Dr. med. Peter J. Fischer
Kinder- und Jugendarzt
Allergologie - Kinderpneumologie -
Umweltmedizin
Mühlberg 11, 73525 Schwäbisch Gmünd*

Magazin

ECARF prämiiert Urlaubsorte für Allergikerfreundlichkeit

Das Schmallenberger Sauerland mit der Ferienregion Eslohe ist von der Europäischen Stiftung für Allergieforschung (ECARF) als allergikerfreundlich ausgezeichnet worden. Die Region erhält das ECARF-Qualitätssiegel für die qualifizierte Ausrichtung ihrer Infrastruktur auf die Bedürfnisse von Allergikern. Nach Baabe auf Rügen, Bad Hindelang im Allgäu, dem Verbund „Ferienland Schwarzwald“ (Triburg, Schonach, Schönwald, Furtwangen und St. Georgen) und der Nordseeinsel Borkum ist Schmallenberg-Eslohe die fünfte Urlaubsregion in Deutschland, der diese Auszeichnung von ECARF verliehen wird.

Astrid Völlmecke, Projektleiterin Gesundheits-service-Zentrale der Kur- und Freizeit GmbH Schmallenberger Sauerland, sagt: „Schon jetzt haben mehr als 42 Unternehmer und Selbstständige die Qualitätskriterien umgesetzt und für unsere Urlaubsgäste mit Allergien die Bedingungen für einen möglichst erholsamen Urlaub geschaffen. Hinzu kommt unser mildes Reizklima. Damit bieten wir unseren Gästen etwas in Nordrhein-Westfalen bisher Einmaliges.“

Zu den allergikerfreundlichen Betrieben zählen u. a. ein Supermarkt, eine Bäckerei, eine Metzgerei, ein Café sowie Ferienwohnungen mit insgesamt mehr als 500 Betten. Das Fachkrankenhaus Kloster Grafschaft mit den Behandlungsschwerpunkten Pneumologie und Allergologie sowie zwei Heilstollen für Atemwegserkrankungen ergänzen die allergikerfreundliche Infrastruktur.

Die Umsetzung der ECARF-Kriterien für allergikerfreundliche Gemeinden war in den vergangenen Monaten erfolgt. Schritt für Schritt hatten sich die teilnehmenden Betriebe auf die besonderen Bedürfnisse von Allergikern eingerichtet. Das Angebot in Schmallenberg-Eslohe umfasst allergikerfreundliche Speisen im Café ebenso wie Un-



Sommer im Schmallenberger Sauerland.

terkünfte mit rauch- und haustierfreien Zimmern. Diese Räume werden regelmäßig mit Staubsaugern gereinigt, die über einen HEPA-13-Filter verfügen. Die Bodenbeläge sind teppichfrei oder mit einem kurzflorigen Teppich ausgelegt. Bäckerei und Metzgerei haben ein Warenangebot mit allergikerfreundlichen Alternativen.

Jahrelange Erfahrung in Baabe auf Rügen

Bereits zum dritten Mal in Folge hat der Ostseebadeort Baabe auf Rügen das ECARF-Qualitätssiegel erhalten. Baabe war 2008 die erste Gemeinde in Deutschland, die diese Auszeichnung erhalten hat.

„Allergiker als Urlaubsgäste sind in der Tourismusbranche eine wichtige und feste Größe geworden“, sagt Uta Donner, Tourismusdirektorin der Kurverwaltung Ostseebad Baabe. „Es gibt mittlerweile zahlreiche individuelle Übernachtungs-

angebote in Deutschland, die aber nur selten von unabhängiger Seite auf ihre Relevanz für Allergiker geprüft worden sind“, erklärt Donner. „Mit dem ECARF-Siegel setzen wir auf medizinisch fundierte und transparente Kriterien, die für Urlauber und Anbieter gleichermaßen nachvollziehbar sind. Dieses Konzept hat sich bewährt und findet Nachahmer, wie das Beispiel weiterer allergikerfreundlicher Gemeinden zeigt.“

Baabes Infrastruktur ist so gestaltet, dass Allergiker dort unkompliziert ihren Urlaub verbringen können. Anbieter von Unterkünften, Cafés und Supermärkte haben ihre Waren um allergikerfreundliche Angebote nach den ECARF-Kriterien ergänzt. Weiterhin ist das Personal in Hotels und Restaurants entsprechend geschult und in der Lage, fachlich qualifizierte Auskunft zu geben. Gäste erkennen teilnehmende Betriebe am gut sichtbar angebrachten ECARF-Qualitätssiegel.

