



Gemeinschaftspraxis

Dr. med. H. J. Wolfring – Dr. med. N. Ebert + Partner

Frankfurter Str. 61 63500 Seligenstadt Tel: 06182 – 3039 Fax: 06182 - 3000

Patienten - Info : Heuschnupfen

allgemeine Maßnahmen

- nachts das Fenster schließen (der Pollenflug ist nachts am Stärksten)
- Nasendusche mit Kochsalzlösung
- Desensibilisierung : sublingual mit Tropfen / oder klassisch
- Haare waschen abends

Co-Allergene ausschalten :

- keine Äpfel oder Apfelsaft
- kein allergenreiches Obst oder Multisäfte !
- keine Haselnuss + Walnuss-Produkte
- Alkohol verschlimmert die Symptome : spez. Rotwein !

Selbstmedikation

- DHU-Heuschnupfenmittel (3x tägl.)
- Livocab AT/NT Vividrin Cromoglycinsäure AT
- Cetirizin 10 mg 1x1 abends (Vorsicht: möglichst kein Auto steuern); Aeriuss ; Xusal
- Singuair 10 1x1 ;

Cortisonhaltige Medikamente

Nasenspray:

- Beclonasal; Nasonex /Avamys : am 1. Tag 1-3x, danach 1x/d vor dem Schlafen !

AugenTropfen :

- Dexa-Pos ; Predni-Pos 0,05 / 0,1%

Bei Asthma :

- Symbicort / Viani : 1-2x vor dem Zähneputzen

Bei extrem starken Beschwerden :

- Metypred 16 : am 1. Tag 1-2x1, danach Dosis reduzieren – spätestens jeden 2. Tag um ¼ Tablette !

Termin vormerken /Recall

- Allergietest im Ende August/ September