

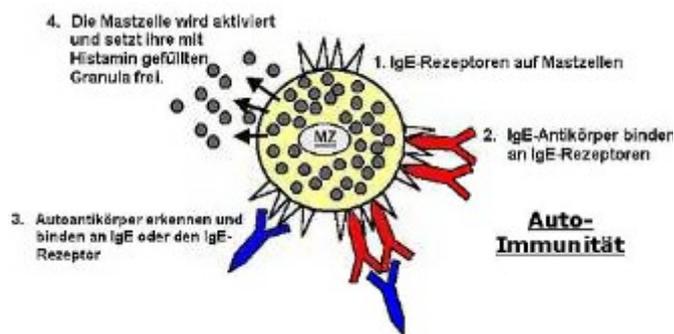
## URTIKARIA (NESSELSUCHT)/ANGIOÖDEM

Sehr geehrte Patientin,  
Sehr geehrter Patient,

Hautarztpraxis Dr. med. Eva Kämmerer  
Obermarkt 23  
09599 Freiberg

bei Ihnen wurde die Diagnose einer **Nesselsucht** (lateinisch: „Urtikaria“ von urtica = Brennnessel) gestellt. Die Erkrankung geht mit Quaddelbildung oder Schwellungen der Haut (**Angioödem**) einher und ist meistens von einem sehr belastenden Juckreiz begleitet. Man spricht von einer chronischen Urtikaria, wenn diese Beschwerden **länger als 6 Wochen** andauern. Wesentlich häufiger ist die akute Urtikaria, bei der die Beschwerden nur wenige Tage oder Wochen anhalten um dann von alleine wieder zu verschwinden. Diese Form der Urtikaria erleben ca. 20% der Menschen mindestens einmal im Leben.

Der Juckreiz und die Quaddelbildung der Haut beruhen auf einer erhöhten Freisetzung von Histamin aus Mastzellen der Haut (Allergiezellen). Warum die Mastzellen Histamin freisetzen, kann die unterschiedlichsten Gründe haben. Viele Patienten glauben, dass die Urtikaria eine allergische Erkrankung ist. Tatsächlich beruhen aber nur weniger als 5 % aller Urtikariaformen auf einer Allergie. Man geht heute davon aus, dass bei den meisten Menschen eine **Autoimmunreaktion** zugrunde liegt. Hierbei bildet das Immunsystem des Körpers Abwehrantikörper (Immunglobuline) gegen körpereigene Eiweiße. Der Körper bekämpft sich sozusagen selbst.



Bei einer Autoimmun-Urtikaria werden häufig Autoantikörper gegen IgE (Allergie-Antikörper) oder den IgE-Rezeptor gefunden. Treffen diese Antikörper auf IgE, das an Mastzellen angedockt hat bzw. auf die IgE-Rezeptoren einer Mastzelle, so kommt es zur Stimulation der Mastzelle mit Freisetzung von Histamin und nachfolgend zur Ausbildung von Quaddeln und Juckreiz.

Abb. aus [www.urticaria.net](http://www.urticaria.net)

Zusätzlich zur Autoimmunreaktion können als verschlimmernde Faktoren viele verschiedene Auslöser wirksam werden, die häufig unentdeckt bleiben. Eine ursächliche Therapie ist daher schwierig. Häufig ist es nötig, eine symptomatische Therapie mit, sogenannten **Antihistaminika** durchzuführen, die den Juckreiz und die Quaddelbildung unterdrücken. Unabhängig davon sollten Sie als Patient/in einige Dinge beachten:

**Schmerzmittel:** Vermeiden sie die Einnahme sog. „Nichtsteroidaler Antiphlogistika“. Hierzu gehören z. B. Acetylsalicylsäure (z. B. in Aspirin), Diclofenac, Ibuprofen. Diese Medikamente reizen die Mastzellen der Haut, so dass durch die Einnahme ein schwerer Quaddelschub entstehen kann. Wenn Sie Schmerzmittel benötigen, sollten Sie z.B. Paracetamol verwenden, da dies keine Schübe auslöst.

**Stress:** Obwohl Stress selten der alleinige Auslöser einer Urtikaria ist, klagten vielen Patienten über eine Verschlimmerung ihrer Symptome bei seelischer Anspannung. Das Erlernen von Entspannungsverfahren oder autogenes Training können helfen, besser mit Stress umzugehen.

**Tagebuch:** Um möglichen Auslösern Ihrer Urtikaria auf die Spur zu kommen, ist das Führen eines Tagebuches sinnvoll. Bitte notieren Sie jeden Tag den Schweregrad Ihrer Erkrankung. Hierbei hilft Ihnen unser Patienten-Tagebuch. Bitte das Tagebuch zu jedem Besuch in unserer Sprechstunde mitbringen.

Interessante Informationen finden Sie auch unter: <http://www.urticaria.net/>

## **Aufklärungsbogen zur Dosierung von Antihistaminika bei Urtikaria**

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

bei Ihnen wurde eine Urtikaria (Nesselsucht) bzw. ein Angioödem festgestellt. Zur Behandlung dieser Erkrankung wurden Ihnen Antihistaminika verordnet, die Sie möglicherweise erst einmal dauerhaft, bzw. schubabhängig einnehmen müssen. Wir möchten Sie daher im Folgenden mit der Wirkungsweise und möglichen Nebenwirkungen vertraut machen.

### **Was sind Antihistaminika und wofür werden sie eingesetzt?**

H1-Antihistaminika sind Arzneistoffe, die durch eine Blockade von H1-Rezeptoren die Wirkung von Histamin hemmen. Daher werden Sie oft bei allergischen Erkrankungen wie zB Heuschnupfen eingesetzt. Obwohl die Urtikaria KEINE Allergie ist, werden auch die Quaddeln/Angioödeme durch Histamin vermittelt (ähnlich wie bei einer Allergie – nur eben ohne allergischen Auslöser). Daher wirken Antihistaminika nicht nur bei Allergien, sondern auch bei Urtikaria sehr gut gegen Juckreiz und Quaddelbildung.

Im Gegensatz zu den neueren Antihistaminika der zweiten oder dritten Generation werden Antihistaminika der ersten Generation gut in das zentrale Nervensystem aufgenommen. Aufgrund der Blockade zentraler H1-Rezeptoren haben diese älteren Antihistaminika zusätzlich einen stark müde machenden Effekt und werden daher bei der Behandlung der Urtikaria nicht mehr eingesetzt, sondern eher als Schlaf- und Beruhigungsmittel oder Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen.

### **Was werden Antihistaminika dosiert?**

Beginnen Sie die Einnahme mit einer Tablette abends.

Reicht die Wirksamkeit aus um Sie damit für 24 Stunden weitgehend oder komplett frei von Juckreiz und Quaddeln zu halten fahren Sie mit dieser Dosierung fort.

Reicht der Effekt keine 24 Stunden steigern Sie die Dosis auf morgens und abends eine Tablette (1 - 0 - 1).

Es kann bei Bedarf nach der aktuellen, durch internationale Expertengremien abgestimmten Leitlinie weiter bis auf maximal die vierfache Tagesdosis, also morgens und abends je zwei Tabletten (2 - 0 - 2) gesteigert werden.

### **Welche unerwünschten Arzneimittelwirkungen können auftreten?**

Auch die neueren Antihistaminika, die Ihnen jetzt verordnet wurden, sind nicht ganz frei von müde machenden Effekten. Es ist leider nicht vorhersagbar welches Präparat welchen Patienten müde macht und welches nicht, so dass ggf. verschiedene Mittel durchprobiert werden müssen.

***Sollten Sie merken, dass die Medikation Sie zu sehr im täglichen Leben durch die müde machenden Effekte beeinflusst, nehmen Sie bitte nicht mehr am öffentlichen Straßenverkehr teil, Ihre Fahrtauglichkeit sowie Ihre Reaktionsfähigkeit in anderen Situationen (z.B. beim Bedienen von Maschinen) könnte beeinträchtigt sein.***

Ihr/e Ärztin/Arzt wird ggf. das weitere Vorgehen, z.B. auch den Wechsel auf ein anderes Präparat mit Ihnen besprechen.

## Urtikaria Kalender

Monat:

Tag	Quaddeln				Juckreiz				Schwellungen				Antihistaminika				Triggerfaktoren z. B. Stress -Körperliche Anstrengung -Andere körperliche und seelische Belastungssituationen -andere Medikamente
	Keine	< 20	21-50	> 50	Kein	Leicht	Mittel	Stark	Keine	Geringe	Starke	Maximale	Morgens	Mittags	Abends	Nachts	
1																	
2																	
3																	
4																	
5																	
6																	
7																	
8																	
9																	
10																	
11																	
12																	
13																	
14																	
15																	
16																	
17																	
18																	
19																	
20																	
21																	
22																	
23																	
24																	
25																	
26																	
27																	
28																	
29																	
30																	
31																	