

# Interuniversitäres Kolleg Graz/Schloss Seggau



[www.inter-uni.net](http://www.inter-uni.net)



Im Rahmen seines Forschungsschwerpunktes „Selbsthilfegruppen“ betreut das Interuniversitäre Kolleg Graz/Schloss Seggau eine Diplomarbeit zum Thema „Pollenallergie und Einschränkung tierischer Nahrungsprodukte“.

Insbesondere gehen wir der Frage nach, inwieweit der zeitlich begrenzte Verzicht (ganz oder teilweise) auf tierisches Eiweiß und tierisches Fett den subjektiven Leidensdruck der Betroffenen lindern kann.

Allergie ist eine Überempfindlichkeit, besser: eine Andersempfindlichkeit, also eine veränderte Reaktionslage auf bestimmte Stoffe in kleinsten Mengen, unabhängig von der Menge, sondern nur abhängig von der „Qualität“ der Fremdstoffe. Der Begriff stammt aus 1906 von dem Wiener Professor für Kinderheilkunde, Clemens J. von Pirquet. Man kennt bestimmte Typen der Allergie, nämlich die lebensbedrohende Sofortreaktion, die Zellreaktion, die Immunkomplexreaktion und die Spätreaktion. Bei den meisten, saisonal belastigten Pollenallergikern sind diese Reaktionen individuell gemischt. Die Botaniker kennen die über ihre Pollen Allergieauslösenden Pflanzentypen recht gut. In Mitteleuropa sind es hauptsächlich *Gramineen*, im Mittelmeergebiet *Parietaria* und in Nordamerika *Ambrosiaseen*. Dahinter verstecken sich so sehr viele Pflanzenarten, dass der Allergiker ihnen auch in der schlimmsten Leidenszeit nicht ausweichen kann („Allergenkarenz“ unmöglich). Darum wird neben den konventionellen Medikamentenhilfen und den erst verzögert wirksamen Immunisierungen nach weiteren Hilfen gesucht, um den *Leidensdruck zu mildern*.

Erfahrungen Betroffener zeigen, dass in der „Heuschnupfenzeit“ der Verzicht auf tierische Produkte wie Fleischwaren, Milchprodukte und Eier sehr nützlich sein kann, den Leidensdruck durch Pollenallergie zu lindern. Berichtet wird, dass sich die quälende Symptomatik (Augenbrennen, Heuschnupfen, Mattigkeit etc.) innerhalb 24 Stunden nach Weglassen von Fleischwaren, Milchprodukten und Eiern bereits erheblich bessern kann. Neuerliche Zufuhr dieser Nahrungsmittel hingegen bewirkt oft eine relativ unmittelbare Verschlimmerung der Symptome.

Ein entsprechendes Experiment lässt sich in der Heuschnupfenzeit leicht selbst durchführen. Dazu muss weder die herkömmliche Therapie verändert werden, noch ist es nötig, langfristig auf Fleischwaren und Milchprodukte zu verzichten. Ist der Heuschnupfen akut, lohnt sich die punktuelle Abstinenz. Bei längerfristiger Nahrungsumstellung sollte der Arzt zu Rate gezogen werden, um Mangelerscheinungen vorzubeugen.

Um die genannten Betroffenenberichte zu überprüfen und die wissenschaftliche Basis des einfachen diätetischen Tipps zu verbreitern, sammelt das Interuniversitäre Kolleg Graz/Schloss Seggau im Rahmen der erwähnten Diplomarbeit zum Thema „Pollenallergie und Einschränkung tierischer Nahrungsprodukte“ weitere Berichte Betroffener. Aufgrund dieser Berichte soll in einer späteren Phase ggf. ein entsprechendes klinisches Forschungsdesign entwickelt werden.

Diese Forschung ist deswegen wichtig, weil in Europa etwa 2 % aller Menschen, in den USA immerhin 5-10 % von diesem Leiden betroffen sind. Die Nase läuft, die Augen tränen. Die Forschung muss neben den herkömmlichen auch andere Wege wählen, weil herkömmliche Behandlungen mit einer bewussten Schwächung des Immunsystems einhergehen. Die chemischen Auslöser der Pollenallergie

sind Polleneiweiße und zusammengesetzte Eiweiße, die den tierischen Eiweißen ähnlich sind. Der menschliche Körper kommt mit einer gewissen Menge „zurecht“. Wenn aber „das Fass überläuft“ wird dem Pollenallergiker die schönste Frühjahrszeit vergällt.

Mit Hilfe der Kleinen Zeitung bieten wir daher erstens deren betroffenen Leserinnen und Lesern den Tipp an, in der Heuschnupfensituation punktuell auf Fleischwaren, Milchprodukte und Eier zu verzichten, und bitten sie zweitens, uns ihre Erfahrungen dazu mitzuteilen. Formlose Erfahrungsberichte mailen Sie bitte an [college@inter-uni.net](mailto:college@inter-uni.net). Ihre Angaben werden selbstverständlich anonym behandelt. Bei Interesse kann ein Gruppentreffen zum Erfahrungsaustausch zustande kommen. Nähere Informationen erhalten Sie unter [www.inter-uni.net](http://www.inter-uni.net) > News.