

Nesselsucht

Liebe Patientin,
Lieber Patient,

fast jeder Mensch leidet im Laufe seines Lebens mindestens einmal an einer Nesselsucht (lat. Urtikaria), die meist nur wenige Stunden oder Tage anhält. Dabei kommt es an der Haut zur Ausbildung stark juckender, rötlicher Flecken oder Quaddeln, die mit den Hautveränderungen nach Berühren einer Brennnessel vergleichbar sind. Gleichzeitig kann es auch zu einer starken Schwellung der Gesichtshaut (sog. Quincke-Ödem), insbesondere der Augenlider und Lippen, sowie zu Schwellungen der Gelenke und zu Fieber mit migräneartigen Kopfschmerzen kommen.

Welche Ursachen können einer Urtikaria zugrunde liegen?

- Medikamente, die wegen anderer Erkrankungen eingenommen werden, häufig Schmerzmittel, die Acetylsalicylsäure (ASS) enthalten, außerdem auch Antirheumatika (z.B. Diclofenac), Weißdorn, Kräutertees oder pflanzliche Abführmittel
- Konservierungsstoffe und Farbstoffe in Lebensmitteln und Getränken (sog. Nahrungsmitteladditiva), die aber nach dem derzeitigen Lebensmittelrecht durch den Hersteller auf der Verpackung nicht immer angegeben werden müssen;
- Psychische Faktoren wie Stress, Ärger, Trauer etc. (häufig!)
- Bakterienherde im Körper, die oft nur wenige spürbare Beschwerden verursachen wie Zahnwurzelgranulome, Nasennebenhöhleninfekte, Entzündungen der Eierstöcke und der Rachenmandeln, Infektionen der Magenschleimhaut mit Helicobakter pylori
- Physikalische Ursachen wie Kälte, Wärme, Druck und Sonnenlicht
- körperliche Anstrengung (Sport, Arbeit) mit Schweißbildung
- Würmer (insbesondere bei Kindern) im Darm
- Allergien gegen Nahrungsmittel (z. B. Milcheiweiß, Hühnereiweiß, Nüsse, Sellerie und Gewürze) oder Blütenpollen (selten!)

Alle diese Faktoren können eine Nesselsucht verursachen und müssen deshalb sorgfältig ausgeschlossen werden.

Welche Maßnahmen sind zur Klärung der Ursache sinnvoll?

Bei einer Urtikaria, die mehr als 6 Wochen andauert, empfiehlt sich das folgende Vorgehen:

- Suche nach einem Bakterienherd, d. h. Blutuntersuchung und Urinuntersuchung, ggfs. Röntgen von Lunge, Nasennebenhöhlen und Zähnen, gynäkologische Untersuchung, HNO-Untersuchung und zahnärztliche Untersuchung, Vorstellung beim Spezialarzt für Magen- und Darmerkrankungen (Gastroenterologe) zum Ausschluss einer Infektion mit *Helicobacter pylori*
- Allergietestung (in unserer Praxis) am Unterarm auf Nahrungsmittel, Pollen, Schimmelpilze etc. (dauert ca. 30 Minuten); ggfs. Pflastertest auf Stoffe, die von außen auf die Haut gelangen (Ablesung nach 24 und 72 Stunden)
- Kälte-, Wärme-, Druck-Test
- Stuhluntersuchung auf Wurmeier (Stuhlröhrchen mitgeben lassen!).
- Einhaltung einer Quasi-Null-Diät mit Reis, Kartoffeln und Mineralwasser für mindestens 4 Tage. Es darf nichts anderes gegessen oder getrunken werden! Danach Konservierungs- und Farbstoff-freie Diät. Führen eines Tagebuches über alle Speisen und Getränke, die täglich eingenommen werden.

Zur Aufklärung der Ursache bedarf es immer Ihrer konsequenten Mitarbeit und nicht selten eines fast kriminalistischen Spürsinns. Dennoch lässt sich die Ursache in zahlreichen Fällen nicht ausfindig machen.

Wie ist die Prognose einer Urtikaria?

In den meisten Fällen kommt es zu einer folgenlosen Abheilung innerhalb von wenigen Tagen oder Wochen. In manchen Fällen lässt sich die Ursache der Nesselsucht nicht ausfindig mache, so dass eine Langzeittherapie mit Medikamenten (sog. Antihistaminika) notwendig ist. Da die Nesselsucht häufig psychosomatisch (d.h. seelisch) bedingt ist, kann eine Besserung auch durch kurzfristige Einnahme eines milden Beruhigungsmittels (Tranquilizer) erzielt werden.