Klinik für Dermatologie, Venerologie und Allergologie
Ruhr-Universität Bochum – St. Josef-Hospital
Direktor: Univ.-Prof. Dr. med. P. Altmeyer
Direktor für Wissenschaft & Forschung: Prof. Dr. med. N. Brockmeyer
Leitender Oberarzt: Dr. med. K. Hoffmann
Geschäftsführender Oberarzt: Prof. Dr. med. M. Stücker

Katholisches Klinikum Bochum

Patientenmerkblatt Urtikaria

Was ist Urtikaria (Nesselsucht)?

Die Urtikaria ist eine Erkrankung, die mit Quaddelbildung oder Schwellungen der Haut einhergeht und meistens von einem sehr belastenden Juckreiz begleitet ist. Man spricht von einer chronischen Urtikaria, wenn diese Beschwerden länger als 6 Wochen andauern. 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 10 % aller Urtikariaformen auf einer Allergie. Gelegentlich sind Infektionen, Lebensmittelunverträglichkeiten, Medikamente oder Autoimmunkrankheiten die Ursache einer Urtikaria. Insgesamt gibt es mehrere Dutzend verschiedene Auslöser für diese Krankheit, die häufig unentdeckt bleiben. Um die Ursache Ihrer Urtikaria herauszufinden, empfehlen wir Ihnen, verschiedene Untersuchungen durchführen zu lassen. Nur wenn die Ursache einer Urtikaria bekannt ist, kann eine gezielte ursachenbezogene Therapie erfolgen, die zur Heilung der Urtikaria führt. Andernfalls kann es notwendig sein, so genannte Antihistaminika einzunehmen, die den Juckreiz und die Quaddelbildung nur unterdrücken.

Wie wird die Diagnose gestellt, und welche ursächlichen Faktoren der Urtikaria (Nesselsucht) können gefunden werden?

Auslösende Ursachen, aber auch unterhaltende Faktoren für eine Urtikaria sind:

- echte Allergien, aber auch Unverträglichkeitsreaktionen (sog. Pseudoallergien) auf bestimmte Arzneimittel, Nahrungsstoffe oder darin enthaltene
- Zusätze wie Farb - und Konservierungsstoffe. Ebenso physikalische Faktoren wie Wärme, Kälte und Druck. Chronische Infektionen, z. B.
- Kieferhöhlenentzündungen, Zahnwurzelentzündungen, Pilzinfektionen sowie Infektion des Darmes mit Hefepilzen oder Magenschleimhautentzündungen durch ein Bakterium (Helicobacter pylori).
- Weitere Ursachen für die Urtikaria können Autoimmunerkrankungen, hormonelle Störungen, psychische Faktoren und Stress sein.

Um nun die ganze Bandbreite der möglichen Auslöser abzuklären, müssen wir diese Ursachen sehr sorgfältig abklären. Wir werden eine ausführliche Befragung vornehmen, bei der wir alle wichtigen Faktoren ansprechen werden. Bitte erwähnen Sie dem Arzt gegenüber alle Faktoren. Neben einer körperlichen Untersuchung, werden verschiedene

Blutuntersuchungen und verschiedenen Hauttestungen durchgeführt. Außerdem sind einige Untersuchungen von Kollegen anderer Fachrichtungen notwendig:

- Hals-Nasen-Ohren-Arzt (chronische Infektherde im Bereich der Mandeln oder der Nasen-Nebenhöhlen)
- Zahnarzt (Zahnwurzelvereiterungen [Karies oder Parodontose spielen selten eine Rolle] oder Wurzelfüllungen)
- Frauenarzt (chronische Unterleibsentzündungen)
- Urologe (chronische Infekte der Harnwege)
- Internist (hier interessieren uns insbes. die Besiedelung des Magens mit dem Bakterium Helicobacter pylori)

Welche Rolle spielen Nahrungsmittel bei der Urtikaria (Nesselsucht)?

Zum Ausschluss von Nahrungsmittelunverträglichkeiten stehen spezielle Diäten zur Verfügung. Die eine ist frei von den häufigsten allergieauslösenden Stoffen und besteht im Wesentlichen aus Kartoffeln (in allen Variationen), Reis und speziellen Brötchen sowie Tee und Mineralwasser (Urtikaria-Diät). Die andere Diät beinhaltet nur Tee, Mineralwasser und Traubenzucker (Nulldiät-Heilfasten). Sobald Sie unter der Diät für 48 Stunden erscheinungsfrei geworden sind, können wir mit Provokationsdiäten (damit meinen wir die Testung mit möglichen auslösenden Stoffen z.B. Konservierungs-, Farbstoffe) und anderen Testungen beginnen.
Unter den Provokationsdiäten und Testungen kann es als Zeichen von Unverträglichkeiten zum Auftreten von Hautausschlägen oder Kreislaufproblemen kommen.
Somit müssen diese Testungen unter strengen Sicherheitsvorkehrungen vorgenommen werden, damit wir bei evtl. auftretenden Problemen sofort eingreifen können.
Zusätzlich steht eine pseudoallergenarme Diät zur Vermeidung pseudoallergenreicher Lebensmittel zur Verfügung (nähere Informationen hierzu finden sie in der Patienteninformation „Pseudoallergenarme Diät“).

Wie wird die Urtikaria (Nesselsucht) behandelt?

Hauptziel der allgemeinen Therapie ist die Erkennung und nachfolgende Meidung oder Beseitigung der auslösenden Ursache. Leider ist in den meisten Fällen, v.a. bei chronischen Verlaufsformen, die Ursache nicht auffindbar. Die Therapie ist deshalb vorwiegend auf den aktuellen Leidensdruck (hauptsächlich Juckreiz) ausgerichtet, ohne die auslösende Ursache zu therapieren. Die symptomatische Therapie sieht wie folgt aus: Kühlende feuchte Umschläge im Gesicht, im Wechsel mit einer juckreizstillenden Lotion. Für den restlichen Körper ggf. Menthol, Polidocanol oder kortisonhaltige Cremes. Juckreizhemmende Gele in Form von Antihistaminika-haltigen Gelen (z.B. Fenistil, Tavegil, Soventol) zeigen nur mäßigen Erfolg. Falls dieses nicht ausreicht, kann man juckreizhemmende Tabletten einnehmen. Bei den neuesten Präparaten (z.B. Telfast, Aerius, Ebastel) entfällt die altbekannte Nebenwirkung der Müdigkeit, welche z.B. bei Fenistil auftritt. Bei starkem Ausbruch der Urtikaria spritzt man den Personen ein juckreizstillendes (Antihistaminikum) Mittel zusammen mit kortisonhaltigen Lösungen in die Vene. Ist der akute Schub vorerst abgebremst, geht man wieder auf Tabletten über und versucht schrittweise die Dosis zu reduzieren. Bei Auftreten von Luftnot werden weitere Notfallmaßnahmen eingeleitet. 20-30% der Bevölkerung macht mindestens einmal im Leben eine akute Urtikaria, durch. Meist sind Allergiker und Kinder oder junge Erwachsene betroffen. Manche Personen benötigen ein Notfallset für zu Hause, wenn sich die Urtikaria bei ihnen als sehr schweres Ereignis äußert.

Empfohlenes Notfallset:

- Fenistil Tropfen 20 ml; im Notfall 1/3 bis 1/2 der Flasche
- Celestamine® N 0,5 liquidum 30 ml; im Notfall 1/2 bis ganze Flasche
- Anapen Autoinjektor 300 µg/JEXT 300 Mikrogramm Fertigpen; im Notfall zur intramuskulären Injektion

Weiterführende Informationen zur Urtikaria erhalten Sie auch im Internet unter der Adresse: www.urtikaria.net