DER ALLERGISCHE NOTFALL

Rechtzeitig erkennen und richtig reagieren

ANALIFE
LEBEN MIT ALLERGIEN

bioprojet

Ein Anaphylaxie-Risiko birgt Gefahren – behalten Sie im Notfall die Kontrolle

- Wer ein Anaphylaxie-Risiko hat, kann nach Kontakt mit einem Allergen (= Allergie-auslöser) innerhalb kurzer Zeit in eine lebensbedrohliche Situation geraten.
- Anaphylaxie ist eine allergische Sofortreaktion, die ganz plötzlich auftreten und den ganzen Organismus erfassen kann. Sie ist lebensgefährlich.
- Bei einer schweren allergischen (anaphylaktischen) Reaktion hilft intramuskulär verabreichtes Adrenalin schnell.
- Bei einer Anaphylaxie geht es um jede Minute. Schnelles und sachgemäßes Handeln ist unbedingt notwendig – und das heißt auch den **Notarzt zu alarmieren**.
- Je besser Sie als Patient oder Patientin informiert sind, desto sicherer sind Sie im Umgang mit der Soforthilfe, wenn eine anaphylaktische Reaktion auftreten sollte.
- Sie sollten **immer das Notfallset für Allergiker dabei haben:** Es entschärft die Situation, falls Sie doch einmal Kontakt mit dem Antigen haben und sich eine schwere Reaktion zu entwickeln droht.
- **Informieren Sie ihr Umfeld**
- Teilen Sie Ihrem Partner, Ihren Verwandten, Freunden und Arbeitskollegen mit, welche Auslöser bei Ihnen zu einer allergischen Reaktion führen können und welche Symptome möglich sind. Besprechen Sie, was im Notfall zu tun ist und wo Sie Ihr Notfallset aufbewahren. Am besten Sie kopieren Ihren Notfallplan und händigen diesen wichtigen Bezugspersonen aus.
- Machen Sie sich in einer **Schulung** damit vertraut, wie Sie das Notfallset einsetzen, und rekapitulieren Sie ab und zu, was Sie gelernt haben. Dann wissen Sie im Fall des Falles, was zu tun ist, und müssen nicht lang nachdenken.

Wie erkenne ich eine Anaphylaxie?

Die Anzeichen bei beginnender Reaktion

Magen-Darm: Kribbeln in Mund und Rachen

Übelkeit, Erbrechen, Krämpfe, Durchfall

Haut: Jucken (Handflächen, Fußsohlen, Genitalbereich), Quaddeln (Nesselausschlag), Hautrötung, Schwellung von Lippen und Gesicht

Sonstiges:

Fließschnupfen, Unbestimmtes Angstgefühl, Schwindel, Blässe

Die Anzeichen bei schwerer Reaktion

Atemwege: Plötzliche Heiserkeit, Husten, pfeifende Atmung, Atemnot, Kurzatmigkeit

Herz-Kreislauf: Blutdruckabfall, Bewusstlosigkeit, Herzrasen, Herz-Kreislauf-Stillstand (Schock)

Gleichzeitiges oder aufeinanderfolgendes Auftreten von Symptomen an unterschiedlichen Organen:

Haut, Magen-Darm, Atemwege, Kreislauf

Für Ersthelfer

Zuerst Kontakt mit Allergen stoppen, dann:

- Beruhigen Sie den Betroffenen und fragen Sie ihn nach seinem Notfallset. Helfen Sie ihm, seine Notfallmedikamente anzuwenden.
- Überwachen Sie seine Atmung und seinen Puls. Tritt ein Herzstillstand ein, beginnen Sie sofort mit der Herzdruckmassage, bei Atemstillstand mit der Mund-zu-Mund Beatmung.

1. Einsatz eines Adrenalin-Pens

Intramuskuläres Adrenalin dient der Akut-Behandlung von allergischen Notfallsituationen.

2. Patientenlagerung

Bei Atemnot: Hinsetzen

„Schocklagerung", d. h. Hinlegen und Beine hoch lagern

Bei Bewusstlosigkeit: stabile Seitenlage

Bei Atemnot zusätzlich Asthma-Notfallspray anwenden.

3. Notruf absetzen:

112

Herz-Kreislauf-Stillstand

Wenn bei einem Herz-Kreislauf-Stillstand kein Puls mehr zu spüren ist, muss sofort mit einer Herzdruckmassage begonnen werden. Das heißt:

- Das Brustbein mit ausgestrecktem Arm etwa 100- bis 120-mal pro Minute rasch hintereinander drücken.
- Geübte Ersthelfer sollten die Herzdruckmassage mit einer Beatmung nach dem Schema 30 zu 2 kombinieren. So geht es: Nach jeweils 30 Druckbewegungen wird die bewusstlose Person zweimal über den Mund oder die Nase beatmet.
- Achtung: Nicht länger als zehn Sekunden sollte die Beatmung die Herzdruckmassage unterbrechen.

Die Wiederbelebung fortsetzen, bis der Puls wieder einsetzt oder der Rettungsdienst eintrifft.

Immer dabei! Ihre Medikamente zur Soforthilfe bei anaphylaktischen Reaktionen

1. Adrenalin

Herzstück des Medikamentensets zur Soforthilfe ist der Adrenalin-Pen. Es handelt sich um einen so genannten „Autoinjektor", mit dessen Hilfe Patienten und medizinische Laien eine vordosierte Menge Adrenalin intramuskulär (= in den Muskel) verabreichen können. Es gibt verschiedene Dosierungen, die sich nach dem Gewicht des Patienten richten. Ein Autoinjektor enthält jeweils eine Dosis. Da verschiedene Fabrikate in Deutschland erhältlich sind, ist es wichtig, sich mit der Handhabung seines Autoinjektors vertraut zu machen und die Anwendung mit Hilfe eines Trainings-Pens (ohne Nadel und Medikament) einzuüben. Der Adrenalin-Pen wirkt innerhalb weniger Minuten.

2. Antihistaminikum

Das Antiallergikum wirkt bei leichten allergischen Reaktionen gegen Juckreiz und Schwellungen, nicht jedoch bei Atemwegs- oder Herz-Kreislauf- Reaktionen. Es ist als Saft, Tropfen, Schmelztablette oder Tablette erhältlich. Seine Wirkung setzt nach ca. 30 Minuten ein.

3. Kortison

Im Notfallset ist Kortison je nach Alter des Patienten entweder als Zäpfchen (bei kleinen Kindern), als Saft (ab dem Kindergartenalter) oder ggf. auch als Tablette (bei Jugendlichen oder Erwachsenen) vorhanden. Es wirkt entzündungshemmend und abschwellend. Seine Wirkung setzt nach ca. einer Stunde ein.

4. Asthma-Notfallspray

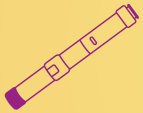
Wer bei Anaphylaxie einmal mit Atemwegsbeschwerden reagiert hat, erhält zusätzlich zu den drei oben genannten Medikamenten ein bronchienerweiterndes Spray (z. B. Salbutamol). Dieses wirkt wie das Adrenalin sehr schnell, innerhalb weniger Minuten, allerdings nur lokal auf die Atemwege.

Hinweis:

Medikamente zur Soforthilfe müssen **immer mitgeführt** werden.
Adrenalin ist das einzige Medikament, das systemisch **wirkt** –
also auf **alle betroffenen Organsysteme**!

Sicherheit zum Mitnehmen: Das Notfallset mit Adrenalin-Pen

Rund 3,5 %[1] der Menschen hierzulande haben ein erhöhtes Risiko für systemische Reaktionen auf einen Insektenstich. Die gefährlichste Variante der systemischen Reaktion ist der anaphylaktische Schock, der lebensgefährlich sein kann. Wenn Sie wissen, dass Sie ein erhöhtes Risiko haben, können Sie ein Notfallset mitführen. Es ist handlich und leicht und enthält alles, was Sie brauchen, um einen sich anbahnenden anaphylaktischen Schick schnell abzuwenden.



Der **Adrenalin-Pen** ist das Herzstücks des Notfallsets, denn er wirkt innerhalb weniger Minuten und kann einen anaphylaktischen Schock innerhalb kürzester Zeit abwenden oder beenden.

Ein **Antihistaminikum** ist bei leichten allergischen Reaktionen geeignet, die Wirkung setzt nach 30 Minuten ein.

Kortison wirkt entzündungshemmend und abschwellend, seine Wirkung setzt nach einer Stunde ein.

Asthma-Notfallspray kommt ins Notfall-Set, wenn man bei Anaphylaxie einmal mit Atemwegsbeschwerden reagiert hat. Es weitet die Bronchen und wirkt wie Adrenalin sehr schnell, aber nur lokal auf die Atemwege.

Machen Sie sich mit dem Notfallset und der Anwendung vertraut

Als Allergiker können Sie in kurzen Schulungen die Handhabung des Notfallsets erlernen. Das ist wichtig, damit Sie im Fall des Falles auch direkt wissen, was zu tun ist, und durch sicheres Handeln die Situation entschärfen können. Auch ein Kind kann und sollte etwa ab der Schulzeit den Umgang mit dem Notfallset lernen.

Wenn Ihnen ein Adrenalin-Pen verschrieben wurde, machen Sie sich regelmäßig mit der Handhabung des Geräts vertraut. Tauschen Sie nach Ablauf des Haltbarkeitsdatums Ihren Pen aus.

Mehr Sicherheit mit einem zweiten Adrenalin-Pen

Es kann sinnvoll sein, einen zweiten Adrenalin-Pen mitzuführen. Insbesondere in folgenden Fällen kann ein zweiter Adrenalin-Pen notwendig sein:

- bei besonders schwerer anaphylaktischer Reaktion in der Vergangenheit
- wenn ärztliche Hilfe weit entfernt ist, etwa bei einer Bergwanderung
- bei höherem Körpergewicht
- bei sogenannter biphasischer Anaphylaxie: etwa 20 % der anaphylaktischen Reaktionen flammen nach dem Abklingen erneut auf
- als Reserve bei fehlerhafter oder versehentlicher Auslösung des ersten Adrenalin-Pens
- bei schlecht kontrolliertem Asthma
- bei besonders hohem Risiko für schwere Verläufe (z. B. bei Mastozytose).

Weitere Informationen zu Allergien:

Leben mit Allergien	www.analife.de
Allergie Informationsdienst	www.allergieinformationsdienst.de
Allergie- und Asthmabund	www.daab.de
Nuss-Allergie-Netzwerk NAN e.V.	www.nussallergie.com

ANALIFE
LEBEN MIT ALLERGIEN

Bioprojet Deutschland GmbH
Bismarckstr. 63
12169 Berlin

Tel.: +49 (0) 30 3465 5460-0
Fax: +49 (0) 30 3465 5460-9

info@bioprojet.de
www.bioprojet.de

www.analife.de

ANA 24/04

Quellen: 1. Gesellschaft für Pädiatrische Allergologie und Umweltmedizin. Diagnose und Therapie der Bienen- und Wespengiftallergie. https://www.gpau.de/fileadmin/user_upload/GPA/dateien_indiziert/Leitlinien/Diagnose_und_Therapie_der_Bienen-_und_Wespengiftallergie.pdf (Websites abgerufen am 23.04.2024).

bioprojet