



ALLERGISCHER NOTFALL

Anaphylaxie: Wenn die Allergie lebensbedrohlich wird



Herausgegeben von der IGAV
– Interessensgemeinschaft
Allergenvermeidung



In Kooperation mit der Österreichischen Gesellschaft für Allergologie & Immunologie (ÖGAI)



Liebe Allergikerinnen, liebe Allergiker,
liebe Eltern, liebe Erziehungsberechtigte,

Allergie ist nicht gleich Allergie. Neben Kontaktallergien (z.B. durch Nickel), die Hautekzeme auslösen, gibt es auch Allergien vom Soforttyp (z.B. Atemwegsallergien durch Pollen-, Nahrungsmittel-, Medikamenten- und Insektengift-Allergien etc.). Besonders gefährlich sind dabei so genannte anaphylaktische Reaktionen. Den drastischen Beweis liefern die zahlreichen Anaphylaxie-bedingten Aufnahmen in den österreichischen Notfall-Ambulanzen. Erste Warnsignale einer anaphylaktischen Reaktion müssen in jedem Fall ernst genommen werden, denn sie können innerhalb kürzester Zeit einen Kreislaufschock auslösen, der immer lebensbedrohlich ist – etwa 10 Österreicher sterben pro Jahr an den Folgen einer allergischen Reaktion auf Nahrungsmittel, Medikamente oder Insektenstiche von Biene oder Wespe.

Entsprechende Vorsichtsmaßnahmen (wie die konsequente Allergenvermeidung) sowie die Mitnahme eines Notfallsets sind deshalb ganz wesentlich. Der richtige Einsatz dieser Notfall-Medikamente setzt eine entsprechende Schulung durch den Arzt / die Ärztin* voraus. Besonders das wiederholte Üben des richtigen Verhaltens ist wesentlich, um in der Ausnahmesituation sicher zu sein und keine wertvolle Zeit zu verlieren.

In diesem Ratgeber wollen wir Ihnen einen kompakten Überblick über richtiges Verhalten im Ernstfall und Möglichkeiten der Vorbeugung bzw. Behandlung für Sie und Ihr Kind sowie die wichtige Botschaft „Unterschätzen Sie Allergien nicht!“ mit auf den Weg geben.



Mit den besten Wünschen für Ihre Gesundheit und allergenfreien Grüßen

Elisabeth Leeb
Obfrau der IGAV

Dieser Ratgeber wurde in Zusammenarbeit mit dem wissenschaftlichen Beirat der IGAV erstellt (in alphabetischer Reihenfolge):

Univ.-Prof. Dr. Werner Aberer, Uwe E. Berger, MBA, Prim. Dr. Daniel Blagojevic, Univ.-Prof. DI Dr. Barbara Bohle, Univ.-Prof. Dr. Heimo Breiteneder, DI Dr. Daniel Doberer, MMn, Dr. Astrid Dworan-Timler, Univ.-Prof. Dr. Christof Ebner, DDr. Katharina Gangl, OA Dr. Thomas Hawranek, Univ.-Doz. Dr. Wolfgang Hemmer, Assoc.Prof. Dr. Karin Hoffmann-Sommergruber, Prim. Priv.Doiz. Dr. Fritz Horak, Prim. Priv.-Doiz. DDr. Wolfram Hötzenecker, MBA, Univ.-Prof. Dr. Marco Idzko, Univ.-Prof. Dr. Reinhart Jarisch, Univ.-Prof. Dr. Erika Jensen-Jarolim, Ass. Prof. Dr. Tamar Kinaciyani, Univ.-Doz. Dr. Georg Klein, ao.Univ.-Prof. Dr. Birger Kränke, Prim. Prof. Dr. Bernhard Lange-Asschenfeldt, Univ.-Prof. Dr. Verena Niederberger, Prim. Dr. Peter Ostertag, Prim. Univ.-Prof. Dr. Wolfgang Popp, Univ.-Prof. Dr. Norbert Reider, MR Dr. Rudolf Schmitzberger, Otto Spranger, Assoz.-Prof. Dr. Gunter Sturm, Univ.-Prof. Dr. Zsolt Szépfalusi, Assoz.Prof. DDr. Eva Untermayr-Elsenhuber, Univ.-Doz. Dr. Felix Wantke, Priv.Doiz. Mag. Dr. Stefan Wöhrl, Priv.Doiz. Dr. Axel Wolf, Prim. Dr. Gert Wurzing, Anna Zschocke, MB BCH, Prim. Univ.-Prof. Dr. Karl Zwiauer

*Hinweis: Aus Gründen der leichteren Lesbarkeit beschränken wir uns in diesem Ratgeber auf die männliche Schreibweise. Selbstverständlich sind immer beide Geschlechter angesprochen. Wir bitten hierfür um Ihr Verständnis.

Anaphylaxie: Eine schwere allergische Reaktion

In der Fachliteratur gibt es unterschiedliche Definitionen der Anaphylaxie. In der Regel ist eine Anaphylaxie (griech. „ohne Schutz“) eine schwere allergische Reaktion. Sie tritt innerhalb weniger Minuten nach dem Allergenkontakt auf, betrifft mehr als ein Organsystem und wird in erster Linie durch Insektengifte, Nahrungsmittel sowie Medikamente verursacht. Schon kleine Mengen reichen aus, um eine lebensbedrohliche Reaktion auszulösen. Manchmal wird der Begriff auch mit einer generalisierten (= den ganzen Körper betreffenden) Allergie gleichgesetzt. Der Schweregrad wird anhand von Graden – Grad I (leicht) bis Grad IV (schwer) – beschrieben.

Die häufigsten Auslöser*

Insektengift Erwachsene: 48%** Kinder: 20%	Häufigkeit in absteigender Reihenfolge: Wespe, Biene, selten Hornisse, sehr selten Hummel
Nahrungsmittel Erwachsene: 20% Kinder: 65%	Häufigkeit in absteigender Reihenfolge: Erdnüsse, Weizen, Hühnerei, Kuhmilch, Soja, Früchte, Haselnüsse, Cashewkerne, Shrimps, Walnüsse
Medikamente Erwachsene: 22% Kinder: 5%	am häufigsten: Antibiotika (Penizilline, Cephalosporine...), Schmerzmittel (Diclofenac, Metamizol...)

* Worm M, Moneret-Vautrin A, Scherer K, Lang R, Fernandez-Rivas M, Cardona V, et al. First European data from the network of severe allergic reactions (NORA). *Allergy*. 2014;69(10):1397-404. doi: 10.1111/all.12475. PubMed PMID: 24989080

** Daten aus dem europäischen Anaphylaxieregister



Was im Körper passiert

Anaphylaxien werden durch Ausschüttung körpereigener Botenstoffe ausgelöst. Warnzeichen sind oft Juckreiz an den Handflächen und Fußsohlen. Leichtere Reaktionen sind oft an Quaddeln auf der Haut (Nesselausschlag) oder an einer Schwellung der Lippen und Lider erkennbar. Zusätzlich kann schon bei mittelgradigen Reaktionen auch der Kehlkopf anschwellen und die Bronchien können sich verengen – die Folge ist Atemnot. Bei schweren Verlaufsformen kommt es zur Erweiterung der Blutgefäße, wodurch der Blutdruck innerhalb von wenigen Minuten drastisch fällt und lebenswichtige Organe wie Herz, Lunge und Gehirn nicht mehr ausreichend versorgt werden können. Das Herz beginnt zu rasen, um den Blutdruckabfall auszugleichen. Im sehr seltenen Extremfall kann es zum Herzstillstand kommen.

Die Ursache der Botenstoff-Ausschüttung ist eine Reaktion von bestimmten Antikörpern (IgE-Antikörper) gegen eigentlich harmlose Stoffe wie Insektengifte, Medikamente oder auch Nahrungsmittel. Neben diesen „echten“ allergischen Reaktionen können auch andere Mechanismen eine Rolle spielen, die Folgen ähneln einer Allergie. Die Symptome sind aber meist (nicht immer!) milder.



Bei Kontakt mit dem Allergen setzt der Körper einen Abwehrmechanismus in Gang. Er rüstet auf und produziert Antikörper. Bei einem neuerlichen Kontakt werden diese Antikörper aktiviert und kämpfen gegen das Allergen an. Das Resultat dieser Abwehrreaktionen sind Schwellungen, Übelkeit, Schwindel und Benommenheit bis hin zu einem Kreislaufschock, der im schlimmsten Fall tödlich enden kann.

Schweregrade

Nachfolgende Tabelle ist eine im deutschsprachigen Bereich übliche Einteilung der allergischen Reaktionen und der Anaphylaxie. Wichtig: Nicht alle Symptome eines Reaktionsgrades müssen immer (gleichzeitig) auftreten; nicht alle Schweregrade werden durchlaufen. Beispiel: Haut unauffällig, Blutdruckabfall führt zu Bewusstlosigkeit » Grad III (es zählt also das schwerste Symptom).

Schweregrad	Haut	Verdauungs- system	Atemwege	Herz- Kreislauf
I Leichte Allgemeinreaktion	Juckreiz, Rötung, Nesselausschlag, Schwellung			
II Mittelgradige Allgemeinreaktion	Juckreiz, Rötung, Nesselausschlag, Schwellung	Übelkeit, Krämpfe	Rinnende Nase, Heiserkeit, Kehlkopf- schwellung	Herzrasen, unregelmäßiger Herzschlag
III Bedrohliche Allgemeinreaktion	Juckreiz, Rötung, Nesselausschlag, Schwellung	Erbrechen, Stuhlabgang	Verkrampfung der Bronchialmuskulatur, Kurzatmigkeit, bläuliche Verfärbung der Haut, Schleim- haut und Fingernägel	Blutdruckabfall, Schock, Bewusstlosigkeit
IV Organversagen	Juckreiz, Rötung, Nesselausschlag, Schwellung	Erbrechen, Stuhlabgang	Atemstillstand	Kreislaufstillstand

Ring J, Messmer K., Lancet 1977;1: 466-9



Assoz.-Prof. Dr. Gunter Sturm, Leiter des Allergieambulatoriums Reumannplatz
in Wien; Universitätsklinik für Dermatologie und Venerologie, Graz:

*„Schwere Anaphylaxien sind glücklicherweise selten.
Umso wichtiger ist die Identifizierung der Ursache, das Mitführen
eines Notfallsets und – wenn möglich – eine Immuntherapie.“*



Arzt/spezialisiertes Zentrum aufsuchen & Allergie-Auslöser identifizieren

Nach einer anaphylaktischen Reaktion sowie bei Verdacht auf eine allergische Ursache von Beschwerden ist es wichtig, einen allergologisch versierten Arzt aufzusuchen. Neben einem umfangreichen Arzt-Patienten-Gespräch (Anamnese), in dem geklärt wird wann, unter welchen Umständen und in welcher Intensität welche Symptome auftreten, gibt es noch Tests, die Klarheit geben. Beim Hauttest (Pricktest) wird eine geringe Menge eines Allergen-Konzentrats auf die Haut getropft und in die oberste Hautschicht geritzt. Eine positive Reaktion äußert sich durch eine juckende Quaddel, ähnlich einem Gelsenstich. Beim Labortest wird das Blut auf Allergie-Antikörper (IgE) untersucht, wodurch die möglicherweise relevante Sensibilisierung nachgewiesen werden kann. Mittels Blutuntersuchung können auch Antikörper gegen Risikoallergene bestimmt werden, die in ähnlicher Form in unterschiedlichen Nahrungsmitteln auftreten.

Vorbeugung & Behandlung

Hat der Facharzt eine Allergie festgestellt und die Allergie-Auslöser identifiziert, ist die wichtigste Maßnahme die Vermeidung des Allergens. Diese „Allergenkarenz“ ist bei der Nahrungsmittel- und Medikamenten-Allergie vorläufig die einzige therapeutische Möglichkeit.

Allergie-Impfung bei Insektengift-Allergie

Im Gegensatz zur Nahrungsmittel- und Medikamenten-Allergie kann eine Allergie gegen Bienen- und Wespengift sehr gut ursächlich behandelt werden. Bei der allergen-spezifischen Immuntherapie (Allergie-Impfung, Hyposensibilisierung) wird das Allergen in langsam steigender Dosis unter die Haut gespritzt. So kann sich der Körper an das Insektengift gewöhnen. Die Erfolgsquote liegt je nach Insektengift bei 85-100 Prozent. Insektengift-Allergiker haben damit bereits nach Erreichen der Höchstdosis (Einleitungsphase je nach Schema über einige Tagen oder Wochen) einen wirksamen Schutz vor neuerlichen lebensbedrohlichen Reaktionen und das beruhigende Gefühl der Sicherheit. Damit die Wirkung zumindest mehrere Jahre oder bestenfalls lebenslänglich anhält, sollten über drei bis fünf Jahre monatlich die Impfungen wiederholt werden (Erhaltungsphase). Dies wird ausdrücklich auch für Kinder empfohlen, die unter Kreislaufproblemen oder Atemnot nach einem Stich litten. Mastozytose-Patienten sollten (bei Sensibilisierung) lebenslang geimpft werden.

Wichtig!

- » Eine Anaphylaxie kann jederzeit & plötzlich auftreten!
- » Eine (jahrelange) vorherige Toleranz eines Nahrungsmittels, Medikamentes oder Insektengifts bedeutet nicht, dass man vor einer Allergie gefeit ist.
- » Notfallset (Antihistaminika, Kortison, Adrenalin-Autoinjektor) muss immer griffbereit sein!
- » Schulung & Training machen sicher: Unsicherheit ist gefährlich, denn das Warten auf den Notarzt kostet wertvolle Zeit!
- » Allergen-spezifische Immuntherapie bei Insektengift-Allergikern: Langfristiger Schutz vor schweren Komplikationen und Erhöhung der Lebensqualität!

Richtiges Verhalten rettet Leben & gibt Sicherheit

Soforthilfe beim Notfall: Notarzt & Erste Hilfe

Bei ersten Anzeichen – juckende Handflächen, Fußsohlen oder Gesicht, metallischer Geschmack im Mund, Schweißausbrüche – heißt es schnell handeln, aber dennoch möglichst Ruhe bewahren:

1. Allergie-Auslöser (z.B. Stachel einer Biene) entfernen oder Allergenzufuhr unterbrechen
2. Medikamente des Notfallsets einnehmen bzw. verabreichen
3. Erste Hilfe-Maßnahmen wie korrekte Schocklagerung bei Blutdruckabfall (Rückenlage, Beine hoch) oder Hochlagerung des Oberkörpers bei Atemnot.
Wichtig: bei Besserung nicht sofort aufstehen, Kollapsgefahr!
4. Notarzt/Rettung verständigen (144 oder Euro-Notruf 112)
5. Allfällige Reanimationsmaßnahmen durchführen

Ein Notfall-Plan leitet im Fall einer schweren allergischen Reaktion Schritt für Schritt an. Erhältlich als Download auf der IGAV-Webseite:
www.allergenvermeidung.org (Allergien, Allergischer Notfall)



Notfall-Medikamente

Allergie-Auslöser sind nie zu 100% vermeidbar, deshalb muss das Notfallset immer griffbereit sein.

Bei ersten Symptomen sofort einnehmen:

- » 2 Tabletten eines Antihistaminikums – wirkt gegen Hautsymptome wie Juckreiz und Schwellung
- » Kortison – kann erneute verzögerte Reaktionen verhindern

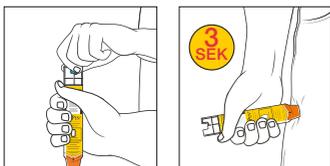
Mittel der Wahl in der Notsituation ab Schweregrad II, wenn die Symptome über eine Hautreaktion hinausgehen:

- » Adrenalin stabilisiert in Minutenschnelle den Kreislauf und verhindert die fatale Schockreaktion. Damit das Adrenalin im Ausnahmezustand einfach und sicher sowie in der richtigen Dosierung – auch von Kindern – selbst verabreicht werden kann, steht es in Form eines Autoinjektors zur Verfügung.

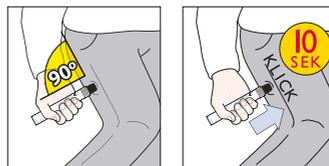
Bei sehr schnellem Auftreten von Symptomen oder Atem- und Kreislaufsymptomatik primär den Pen verwenden!

Anleitung zur Anwendung der beiden verfügbaren Adrenalin-Pens

Anwendung EpiPen®



Anwendung Jext®



Achtung bei beiden Pen: Blaue (beim EpiPen) bzw. gelbe (beim Jext) Sicherungskappe erst dann abziehen, wenn der Injektor bereits am korrekten Ort der Anwendung (Oberschenkel) aufgesetzt ist.

Um im Notfall keine Zeit zu verlieren ist es wichtig, auch das Umfeld (Familie, Freunde, Kollegen, Lehrer, Kindergärtner etc.) über das Erkennen von ersten Warnzeichen sowie die richtige Reaktion in einer allergischen Notsituation zu informieren und gegebenenfalls vor Ort ein Notfallset zu hinterlegen (z.B. im Kindergarten).

Besonderheiten bei Kindern

Die häufigsten Allergie-Auslöser

Bei Säuglingen und Kleinkindern sind Nahrungsmittel wie Kuhmilch, Hühnerei, Weizen, Erdnüsse, Nüsse und Shrimps die Hauptauslöser. Manche dieser Nahrungsmittel-Allergien (z.B. Milch, Hühnerei, Weizen) bilden sich meist – aber nicht bei jedem Kind! – innerhalb einiger Jahre zurück; nur Allergien gegen Nüsse bleiben oft lebenslang bestehen. Ab dem Volksschulalter werden auch vermehrt allergische Reaktionen auf Insektengifte (primär Bienen & Wespen) festgestellt. Medikamenten-Allergien sind bei Kindern selten. Hier stehen Antibiotika im Vordergrund.

Typische Symptome einer Nahrungsmittel-Allergie

Mögliche Anzeichen einer Nahrungsmittel-Allergie sind Hautausschläge (z.B. Nesselausschlag) und Gesichtsschwellung, Bauchschmerzen, Durchfall sowie Erbrechen in unmittelbarem zeitlichem Zusammenhang mit der Nahrungsaufnahme. Manchmal verschlechtert die Nahrungsmittel-Allergie den Verlauf einer Neurodermitis.



Diagnostik, Therapie, Information & Schulung im spezialisierten Zentrum

Bei Verdacht auf eine anaphylaktische Reaktion ist die Überweisung in ein spezialisiertes Zentrum in Spitälern oder Allergie-Ambulatorien wichtig. Dort wird die Allergie diagnostiziert, eine Ernährungsberatung (v.a. im Hinblick auf versteckte Allergene) angeboten, ein Therapieplan erstellt (inkl. Allergenvermeidungsmaßnahmen) und in der richtigen Handhabung der Medikamente des Notfallsets (vor allem Adrenalin zur Selbstinjektion) geschult. Da Eltern ihre Kinder nicht rund um die Uhr beobachten können, ist es auch wichtig, den Kindern begreifbar zu machen, warum sie gewisse Nahrungsmittel nicht essen dürfen bzw. wie sie sich vor Bienen- und Wespenstichen schützen können. Zusätzlich ist anzuraten, das Umfeld des Kindes über die Allergie zu informieren und den Betreuungspersonen des Kindes ein Merkblatt und einen Notfallplan (siehe Seite 7) auszuhändigen.

Gemäß internationaler und österreichischer Judikatur (internationales Strafrecht, Bildungsreformgesetz 2017) kann die Verabreichung der lebensrettenden Notfall-Medikamente einschließlich der intramuskulären Verabreichung von Adrenalin (Autoinjektor) den Betreuungspersonen/Pädagogen dann zugemutet werden, wenn sie zuvor durch den Arzt (z.B. Schularzt) in der korrekten Anwendungstechnik geschult wurden, dies verstehen und sich die Adrenalininjektion im Einzelfall zutrauen.

”

Univ.-Prof. Dr. Zsolt Szépfalusi, Leiter der Atem- und Allergieambulanz
an der Univ.-Klinik für Kinder- und Jugendheilkunde, MedUni Wien:

*„Die Anaphylaxie ist bedrohlich und verläuft sehr rasch.
Die individuelle Beschäftigung des Arztes mit betroffenen Kindern
und Erwachsenen ist aufwändig, aber lebenswichtig.“*

“



Praktische Tipps & Empfehlungen

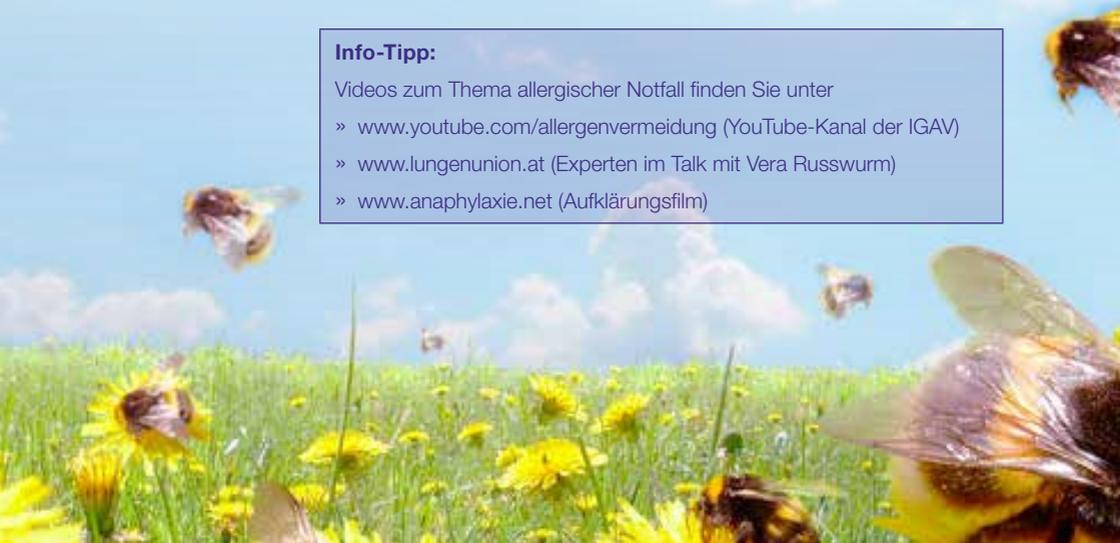
... bei Insektengift-Allergie – 10 Tipps, wie man Stiche vermeidet:

- » **Ruhig bleiben:** hektische Bewegungen machen die Insekten aggressiv. Deshalb Ruhe bewahren und langsam bewegen.
- » **Helle Kleidung tragen und Körper möglichst bedeckt halten:** Bunte Farben ziehen die Insekten an und in weiten Kleidern verfangen sich Insekten leicht. Besser eher eng anliegende und helle Kleidung tragen.
- » **Auf Parfüm verzichten:** Insekten werden von intensiven Düften angezogen. Daher: Parfüms und Sonnencremes mit intensiven Duftstoffen vermeiden. Gleiches gilt für Deodorants und Haarspray.
- » **Nicht barfuß laufen:** Nie ohne Schuhe durchs Gras gehen – Bienen halten sich häufig in Bodennähe auf, um Nektar zu sammeln.
- » **Nie direkt aus Flasche oder Dose trinken:** Wespen lieben zuckerhaltige Getränke und setzen sich gern in Trinkgläser oder an den Rand unverschlossener Flaschen. Deshalb nie direkt aus einer Flasche oder Getränkedose trinken. Am besten einen Trinkhalm verwenden oder Getränk ins Glas leeren.
- » **Beim Essen achtsam sein:** Süße Speisen und Getränke ziehen Insekten an. Möglichst auf Picknicks verzichten oder Speisen und Getränke abdecken, beim Essen immer genau hinschauen und Reste wegräumen. Nach dem Essen Hände waschen und Mund abwischen.
- » **Mülleimer meiden:** Wespen halten sich gerne in der Nähe von Mülleimern auf, da sie dort Nahrung im Überfluss finden. Gehen Sie auf Distanz zu Mülleimern und meiden Sie öffentliche Mülltonnen. Auch Orte meiden, wo Tiere gefüttert werden. Verstreute Futterreste ziehen v.a. Wespen an.
- » **Distanz zu Blüten, überreifen Früchten und Fallobst:** Hier halten sich Bienen und Wespen bevorzugt auf – und Vorsicht beim Obst- und Blumenpflücken.
- » **Achtung beim Sport oder Spielen im Freien:** Schweiß zieht viele stechende Insekten an.
- » **Achtung Wespennester:** Keine alten Äste oder hohle Baumstämme bewegen. Wespen haben darin oft ihre Nester. Bei Wespennestern am Haus (z.B. Dachböden, Rollladenkästen) oder im Garten: Experten zu Rate ziehen und Nester ggf. entfernen lassen.

Info-Tipp:

Videos zum Thema allergischer Notfall finden Sie unter

- » www.youtube.com/allergenvermeidung (YouTube-Kanal der IGAV)
- » www.lungenunion.at (Experten im Talk mit Vera Russwurm)
- » www.anaphylaxie.net (Aufklärungsfilm)



... bei Nahrungsmittel-Allergien – Achtung versteckte Allergene!

Bereits Spuren eines Nahrungsmittel-Allergens können schwerste Reaktionen verursachen. Die Vermeidung der Allergieauslöser ist daher oberstes Gebot. Manchmal sind die Allergene jedoch „versteckt“ – die Allergenvermeidung wird zur großen Herausforderung.

Hinweis: Um Allergiker besser zu schützen, müssen laut einer EU-Verordnung die 14 wichtigsten Stoffe, die Allergien auslösen können, besonders hervorgehoben werden (z.B. auf Speisekarten etc.). Diese Vorschrift macht die Zusammensetzung eines Lebensmittels für Konsumenten transparenter und schützt Allergiker.

Beispiele für versteckte Allergene

- » **Erdnüsse:** Fertigsaucen, Pommes frites, Schokolade, Süßwaren
- » **Baumnüsse:** Fertigsaucen, Salatdressings, Schokolade, Süßwaren
- » **Milch:** Alle Produkte mit Kasein (z.B. Extrawurst, Hot Dogs), Schokolade
- » **Hühnerei:** Nudeln, Kuchen

Deshalb empfiehlt es sich, eine Ernährungsberatung und -schulung durch Experten, wie speziell ausgebildete Diätologen, in Anspruch zu nehmen. **Kontakte gibt's hier: www.diaetologen.at**

Auch über die Gefahr durch Kreuzallergien sollte geschult werden. So muss zum Beispiel ein Pfirsichallergiker eventuell auch andere Früchte meiden. Mehr Informationen dazu gibt es im IGAV-Ratgeber „Kreuzallergien“.

Allergiepass

Stellt der Arzt primär bei der Medikamenten-Allergie einen Pass aus, sollte dieser immer mitgetragen werden. Bei Insekten- oder Nahrungsmittel-Allergien kann unter bestimmten Umständen auch ein Pass nützlich sein. Wichtig ist, nichts eigenständig zu verändern und keine Selbsteinträge zu ergänzen!





Die IGAV (Interessensgemeinschaft Allergenvermeidung) ist ein gemeinnütziger Verein, der als Informationsplattform neue wissenschaftliche Erkenntnisse für Allergiker und Eltern allergischer Kinder aufbereitet und ihnen Hilfestellung sowie praktische Tipps zur Allergenvermeidung und -reduktion bietet.

Weitere Ratgeber der IGAV

- Allergenvermeidung im Wohnbereich
- Allergenvermeidung bei Pollenallergien
- Kreuzallergie
- Allergie-Impfung
- Allergie-Wegweiser
- Schimmelpilz: ein unliebsamer Zeitgenosse
- Allergien bei Kindern und Jugendlichen
- Allergischer Notfall
- Allergenvermeidung bei Milbenallergie
- Medikamentenallergie
- Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten

Holen Sie sich mehr Tipps & Infos, eine Liste auf Allergien spezialisierter Zentren in Österreich, die IGAV-Ratgeber etc. aus dem Internet oder rufen Sie uns an:

www.allergenvermeidung.org

www.youtube.com/allergenvermeidung

www.facebook.com/allergenvermeidung

IGAV-Hotline: 01 /212 60 60

Mit freundlicher Unterstützung von

