

## Liebe Leserinnen, liebe Leser,



Die menschliche Gesundheit ist aufs Engste mit Umwelteinflüssen verbunden. Gute Luft, sauberes Trinkwasser und eine intakte Natur fördern unser Wohlbefinden. Doch auch vermeintlich natürliche Dinge bergen manchmal Gefahren für die Gesundheit: So brauchen wir Sonnenlicht für den Vitamin-D-Haushalt und unsere Psyche, ein Zuviel führt aber schnell zu Sonnenbrand und anderen Schäden. Manche Menschen reagieren sensibel auf geopathische Belastungen durch Wasseradern, ferromagnetische Metalle, Verwerfungen im Gestein u. v. m. (s. J. Götz S. 37). Bei anderen lösen Pflanzepollen aufgrund einer »Fehlschaltung« des Immunsystems allergische Reaktionen aus, die sich typischerweise in Form von Schnupfen und tränenden Augen zeigen (s. R. Gugenhan S. 12).

Die Bezeichnung Heuschnupfen stammt übrigens aus Beobachtungen in früherer Zeit: Menschen, die sich in der Nähe von Heuhäufen aufhielten, fingen oft an zu niesen. Man dachte, der Schnupfen komme vom getrockneten Gras. Man wusste noch nicht, dass die Menschen eigentlich gegen Gräserpollen allergisch sind (s. Titelbild).

Ein recht aggressives Allergen stellen die Pollen von *Ambrosia artemisiifolia* dar. Rund 12% der Deutschen reagieren inzwischen allergisch auf das Beifußblättrige Traubenkraut. Die aus Nordamerika stammende Pflanze wurde im 19. Jahrhundert nach Deutschland eingeschleppt und verbreitet sich nun massiv. Eine einzelne Pflanze kann bis zu einer Milliarde Pollen freisetzen und schon wenige Pollen reichen aus, um eine allergische Reaktion hervorzurufen. Auch wer bisher keine Allergie hatte, ist gefährdet.

Hinzu kommt, dass eine hohe Belastung mit Feinstaub und Stickoxiden sowohl die Ambrosiapflanze, die zunehmend aggressivere Pollen produziert, als auch unseren Körper »stresst«. In der Folge treffen die veränderten Pollen auf ein gereiztes Immunsystem, was die Wirkung verstärkt.

Mitunter begegnet man in der Praxis auch Patienten mit Nahrungsmittelunverträglichkeiten. Dies trifft oft Lebensmittel, die als gesund eingestuft und sogar bei Diäten empfohlen werden, wie Obst, Gemüse, Fisch oder Milchprodukte. Sie lösen Bauchkrämpfe, Durchfälle und andere Symptome aus, weil zum Beispiel eine Histaminintoleranz (s. F. Müller S. 9) oder eine Fructoseintoleranz (s. G. Nebel S. 6) besteht. Im Gegensatz zur Allergie liegen die Ursachen im Stoffwechsel und sind meist genetisch bedingt oder Begleitsymptome anderer Erkrankungen.

Neben den ganz natürlichen Stoffen, sind es zunehmend die Produkte der Zivilisation, auf die der Mensch reagiert. Nicht nur die Luftverschmutzung, auch andere Stoffe wie Schwermetalle, Asbest und Formaldehyd spielen eine Rolle. Über vieles wird auch einfach nicht nachgedacht: Wie verhält es sich zum Beispiel mit Münzen oder Scheinen, die täglich beim Bäcker oder Imbiss den Besitzer wechseln? Dieser Frage ist Martina Schneider nachgegangen (s. S. 16).

Viel Freude beim Lesen und ein schönes Osterfest wünscht Ihnen

*Susanne Dell*

Dr. Susanne Dell, Chefredakteurin