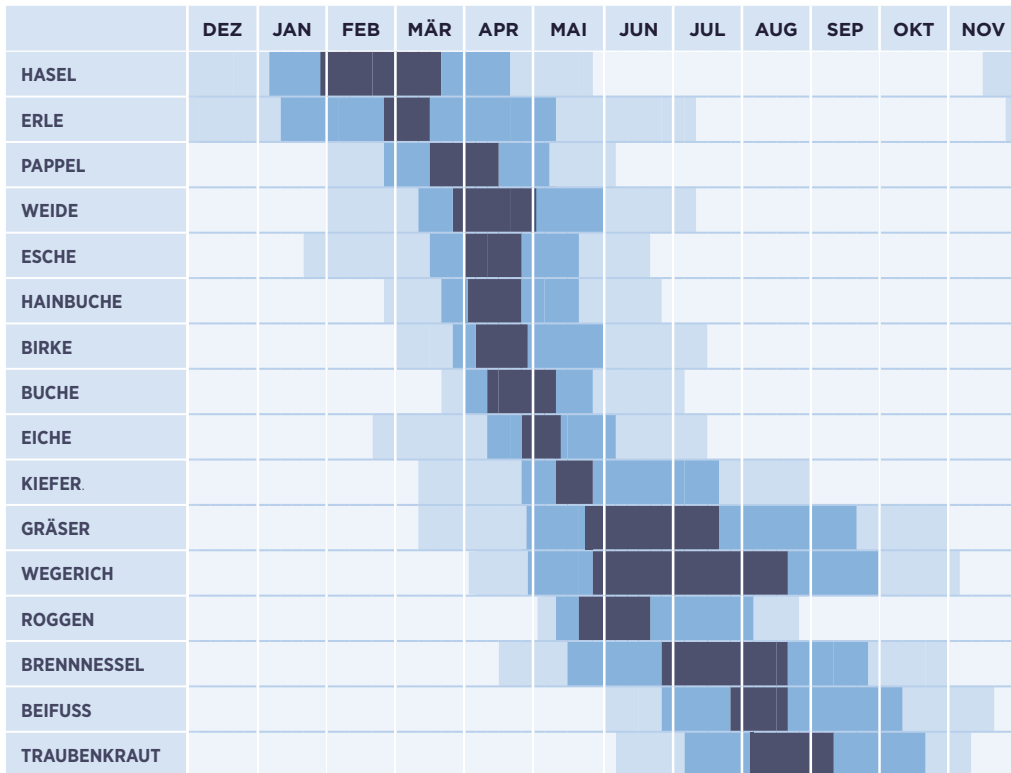


POLLENFLUGKALENDER

Deutschland

Jahreszeitliche Verbreitung von Pollen



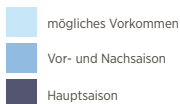
© Stiftung Deutscher Polleninformationsdienst, www.pollenstiftung.de

Eine **Pollenallergie** tritt saisonal beschränkt zur jeweiligen Pollenflugzeit auf. Schwankungen und zeitliche Verschiebungen sind möglich, ebenso wie regionale Unterschiede.

Tagesaktuelle Pollenflugvorhersage: www.pollenstiftung.de/pollenvorhersage

Schimmelpilzsporen kommen in Wohnräumen und im Freien vor. Im Sommer und Herbst finden sich in der Außenluft die höchsten Konzentrationen.

Bei einer **Hausstaubmilbenallergie** treten die Beschwerden dauerhaft das ganze Jahr über auf, mit einem Höhepunkt im Herbst und Winter.



LETIPharma
seit 1919



LETI Pharma GmbH, Gutenbergstr. 10, 85737 Ismaning
T +49 (0)2302 202 86-0, info@leti.de
Ratgeber Allergie und Haut: www.leti.de

DIE WICHTIGSTEN KREUZALLERGIEN

Was ist eine Kreuzallergie?

Viele Pollenallergiker, aber auch Patienten mit Neurodermitis, reagieren auch auf bestimmte Lebensmittel. Man spricht dann von einer sogenannten Kreuzallergie.

	Inhalative Allergene	Nahrungsmittelallergene
häufig	Baumpollen	→ Apfel, Haselnuss, Karotte, Kartoffel, Kirsche, grüne Kiwi, Nektarine, Pfirsich, Aprikose, Pflaume, Sellerie, Soja, Feige
	Beifußpollen	→ Gewürze, Karotte, Mango, Sellerie, Sonnenblumenkerne
	Naturlatex	→ Ananas, Avocado, Banane, Kartoffel, Kiwi, Tomate, Esskastanie, Pfirsich, Mango, Papaya, Acerola-Kirsche, Sellerie
selten	Ficus benjamina	→ (getrocknete) Feige, Kiwi, Banane, Papaya, Ananas, Avocado
	Vogelfedern	→ Ei, Geflügel, Innereien
	Hausstaubmilbe	→ Schalen- und Weichtiere
	Ambrosiapollen	→ Melone, Zucchini, Gurke, Banane
	Gras- und Getreidepollen*	→ Mehl, Kleie, Tomate, Hülsenfrüchte

*Unter Berücksichtigung der Häufigkeit der Gräser- und Getreideallergien sind Kreuzreaktionen mit Nahrungsmitteln sehr selten.

Quelle: M. Worm et al.: Leitlinie DGAKI et al. Nahrungsmittelallergien infolge immunologischer Kreuzreaktivitäten mit Inhalationsallergenen. Allergo J Int 2014; 23: 3.

Vergessen Sie nicht: Auch Ihre Haut braucht Schutz vor Pollen!

Allergiker sollten sich zweimal täglich eincremen, um ihre Hautbarriere optimal zu pflegen. Eine intakte Hautbarriere kann verhindern, dass Allergene über die Haut in den Körper eindringen und allergische Reaktionen auslösen.

LETI^{AT4} ist eine medizinische Hautpflegeserie speziell für die Haut von Allergikern** und Neurodermitikern. Alle Produkte unterstützen die Linderung der vier typischen Symptome: Trockenheit, Juckreiz, Reizungen und Infektionen.



JETZT GRATIS TESTEN***

Luxusproben von
**LETI^{AT4} gratis bestellen
und kennenlernen:
www.leti.de/gratisprobe**

** Subtyp I wie Heuschnupfen oder allergisches Asthma
*** Solange der Vorrat reicht