

«Immundefekte werden spät erkannt»

Bis zu vier Atemwegsinfekte pro Jahr gelten als normal. Doch was, wenn es mehr sind? Und wie kann ich das Immunsystem schützen? Dr. Thomas Hauser hat die Antworten.

IM INTERVIEW



Dr. med. Thomas Hauser
Facharzt für Allergologie, Immunologie und Innere Medizin
IZZ Immunologie-Zentrum Zürich

Dr. Hauser, was sollten Betroffene bei mehr als vier Atemwegsinfekten tun?

Dies muss nicht zwangsläufig für eine Immunschwäche sprechen, sollte aber genauer untersucht werden. Wichtig ist eine detaillierte Krankengeschichte, um zu wissen, wie viele und welche Art von Infekten genau vorliegen, genauso wie eine Blutuntersuchung. Dabei untersuchen wir die weissen Blutkörperchen und die Konzentration von Antikörpern.

Gibt es Auffälligkeiten, werden Impfents durchgeführt. Man gibt eine Tetanus- und Pneumokokkenimpfung und schaut, ob der Körper Antikörper gegen diese Impfungen bildet.

Was ist dann therapeutisch möglich?

Inzwischen gibt es mehr als 300 molekular-genetisch definierte Immundefekte. Liegt ein schwerer kombinierter Immundefekt vor, kommt eine Knochenmarktransplantation infrage. Bei leichteren Formen, etwa bei einem Immunglobulinmangel wie dem variablen Immundefekt, wird Immunglobulin als Infusion gegeben.

Wie kann man das Immunsystem noch stärken?

Impfungen sind eine wissenschaftlich gut dokumentierte Methode, das Immunsystem zu stärken. Hinzu kommen allgemein lebenshygienische Massnahmen, wie genügend Schlaf, eine ausgewogene Ernährung – auch mit tierischem Eiweiss – sowie Bewegung, Nikotinverzicht und wenig Alkohol. Stress zählt nicht – wie häufig angenommen – automatisch zu den Risikofaktoren.

Warum ist es für den Körper von Vorteil hin und wieder Infekte durchzumachen?

Man stärkt die Antwort gegen diesen Infekt. Es gibt einige Infekte, die nicht zu einer

lebenslänglichen, sondern mit der Zeit zu einer abklingenden Immunität führen. Bei bestimmten Viren müssen Sie einen Infekt immer wieder durchmachen. Der Kontakt zum Virus muss immer aufs Neue hergestellt werden, um das immunologische Gedächtnis zu erhalten.

WARNSZEICHEN FÜR EINE IMMUNTSCHWÄCHE

- zwei oder mehr neue Nasennebenhöhlenentzündungen innerhalb eines Jahres
- eine Lungenentzündung pro Jahr über zwei oder mehr Jahre
- chronischer Durchfall mit Gewichtsverlust
- wiederkehrende virale Infektionen sowie tiefe Abszesse der Haut oder der inneren Organe.
- andauernde Pilzkrankungen der Schleimhäute oder anderswo
- Entzündung durch normalerweise harmlose Bakterien
- Immundefekte bei blutsverwandten Familienmitgliedern

FACHBEITRAG

«Bei Lupus sind erfahrene Ärzte gefragt»

Die Erkrankung ist weder psychosomatisch noch ansteckend oder direkt vererbbar. Doch was macht Lupus für Betroffene dennoch so belastend und was gibt es für Therapieoptionen?

Man kennt sie aus dem Radio, wo ihre Songs laufen: Lady Gaga, Selena Gomez oder Seal. Doch nicht nur die Musik eint diese Stars. Alle drei leiden unter der seltenen Erkrankung Lupus, einer Autoimmunkrankheit, bei der die Immun- und Entzündungsantwort fehlgeleitet ist und sich gegen eigene Strukturen richtet.

Schweizweit sind schätzungsweise 3'000 Menschen an Lupus erkrankt. Warum 90 Prozent der Betroffenen Frauen sind, konnte bislang noch nicht beantwortet werden.

Grundsätzlich werden zwei Krankheitsformen unterschieden: Lupus betrifft entweder nur die Haut oder auch die inneren Organe. Typisches äusserliches Symptom ist ein auffälliger schmetterlingsförmiger Hautausschlag im Gesicht. Bei dieser chronischen,

in unregelmässigen Schüben verlaufenden Erkrankung können jedoch auch das Nervensystem, die Gelenke oder auch Herz, Nieren oder Blutzellen betroffen sein. Viele Patienten sind müde, weniger leistungsfähig und lustlos. Pränant sind zudem Schwellungen der Lymphknoten und eine leicht erhöhte Temperatur sowie Gewichtsverlust.

Diagnose und Therapie

Doch wie wird Lupus diagnostiziert? Es gibt mehrere Tests, die letztlich nur gemeinsam eine Gesamtdiagnose ermöglichen. Damit dies bestmöglich gelingt, sollten sich Betroffene an ein medizinisches Zentrum wenden, in dem viele Lupus-Patienten behandelt werden. Gerade die

Zusammenarbeit von Immunologen, Dermatologen, Rheumatologen und Nephrologen erlaubt eine gesamtheitliche Betrachtung der Therapie.

Entscheidend, um die bislang unheilbare Erkrankung in den Griff zu bekommen, ist die Gabe von Immunsuppressiva, Kortisonabkömmlingen sowie Medikamenten, welche die Zellteilung bremsen und Botenstoffe hemmen. Ebenso wichtig: Das Meiden von UV-Strahlen des Sonnenlichts, da sie bei vielen Betroffenen die Krankheit negativ beeinflussen.

KONTAKT

IZZ Immunologie-Zentrum Zürich
Stampfenbachplatz
Walchstrasse 11 · CH 8006 Zürich
www.immunologie-zentrum.ch