

Allergiegeplagte Autofahrer können sich und andere Verkehrsteilnehmer erheblich gefährden.

# HEUSCHNUPFEN am Steuer

■ Pollensaison: Die Nase läuft und die Augen jucken. Da fällt es schwer, sich auf den Stadtverkehr zu konzentrieren. Immerhin ist nicht allzu viel auf den Straßen los und Sie kommen gut voran. Hatschi! Für Sekundenbruchteile sind Sie im Blindflug unterwegs und dann ist es passiert. Sie reagieren zu spät auf das Bremsen Ihres Vordermanns und rutschen in sein Auto.

Wie sehr ein allergischer Schnupfen das Fahrverhalten beeinträchtigt und sogar gefährlich werden kann, wird von den meisten unterschätzt. Zum einen führt die Belastung durch anhaltende Allergiebeschwerden zu verminderter Aufmerksamkeit und Müdigkeit, zum anderen kann es bei Nies- oder Hustenanfällen zu einem Verlust der Kontrolle über das Fahrzeug kommen.

Während der Pollensaison auf Bus und Bahn umzusteigen, ist für viele allergiegeplagte Autofahrer sicher-

Experten vom ADAC schätzen, dass eine Niesattacke bei Tempo 50 den Bremsweg um bis zu 14 Meter verlängern kann.

lich keine Alternative. Wer sich bei Heuschnupfen hinter das Lenkrad setzen muss, sollte einige Vorsichtsmaßnahmen beachten.

## Medikamente einnehmen

Zur Linderung der Allergiesymptome gibt es Medikamente. Diese sogenannten Antihistaminika machen normalerweise nicht müde und beeinträchtigen auch sonst die Fahrtüchtigkeit nicht. Am besten, Pollenallergiker besprechen mit ihrem Arzt, was es hinsichtlich Medikamenteneinnahme und Autofahren zu beachten gilt. Bei starken Beschwerden, insbesondere wenn Atemnot und Asthma hinzukommen, sollte man bei Autofahrten ein Notfallset mit Medikamenten, z. B. einem kortisonhaltigen Nasenspray, griffbereit haben.

## Augen schützen

Viele Allergiker leiden unter tränenenden und lichtempfindlichen Augen. Sofern die Lichtverhältnisse es zu-

In einer Studie haben Wissenschaftler das Reaktionsvermögen und Fahrverhalten von Pollenallergikern untersucht. Das Ergebnis: Heuschnupfen beeinträchtigt die Verkehrsteilnehmer wie ein Blutalkoholspiegel von 0,5 Promille.

lassen, kann zum Schonen der Augen eine Sonnenbrille getragen werden.

## Pollen fernhalten

In modernen Autos gehören Pollenfilter in der Lüftungsanlage zum Standard. Bei älteren Autos können die Filter nachgerüstet werden. Da sich die Filter mit der Zeit zusetzen, sollten sie etwa einmal im Jahr, am besten rechtzeitig vor Beginn der Pollensaison, erneuert werden. Außerdem hilft regelmäßiges Reinigen des Autos von außen und innen, die Pollenbelastung gering zu halten. Während der Fahrt sollten Fenster und Schiebedach geschlossen bleiben. Eine Tour mit offenem Cabrio ist für Pollenallergiker wahrlich kein Vergnügen. ■