

# Hallo Kinder,

ihr hattet eine Anaphylaxie,  
das heißt, eine schwere Allergie,  
und deshalb solltet ihr darüber  
möglichst gut Bescheid wissen.



## Kann das gefährlich sein?

Ja, aber wenn ihr Bescheid wisst und richtig handelt,  
passiert das nur selten.

## Wie schnell kommt es zu Symptomen?

Rasch, innerhalb von Minuten. Deshalb ist es wichtig,  
diese früh zu erkennen und rasch selbst zu handeln.

## Merkt man, wenn eine solche Reaktion kommt?

Ja, es gibt „Warnhinweise“: Kratzen, Jucken und  
Schwellungen im Mund oder Hals. Auch Übelkeit  
oder Durchfall. Wenn ihr euch „komisch“ fühlt,  
solltet ihr an eine Anaphylaxie denken.  
Bei Symptomen müsst ihr handeln, die Notfall-  
medikamente geben und rasch einen Arzt herbeirufen.

## Muss man wissen, was die Allergie auslöst?

Ja, nur dann könnt ihr die Gefahr erkennen und  
wenn möglich vermeiden.

## Müssen Freunde, Lehrer und Betreuer informiert sein?

Ja, diese müssen unbedingt Bescheid wissen,  
nur dann können sie euch helfen.

## Kann man bei einer Reaktion selbst etwas tun?

Ja, mit eurem „Notfallset“. Aber das funktioniert nur,  
wenn ihr es dabei habt und ihr wisst, wie es funktioniert.



## Wie mache ich das?



Erst einmal müsst ihr den Auslöser stoppen,  
z. B. nicht mehr weiteressen. Danach wendet ihr  
euer Notfallset an, wie es euch gezeigt wurde.  
Informiert dann eure Eltern / Betreuer und ruft einen Arzt.

## Welches Notfallmedikament ist das wichtigste?

Da der „Pen“ am schnellsten wirkt,  
solltet ihr ihn als Erstes einsetzen.  
Die anderen Medikamente könnt ihr  
zusätzlich einnehmen. Die richtige  
Anwendung des Pens bespricht  
ihr am besten mit eurem Arzt und  
euren Eltern.



## Weitere Informationen

Ausführlicher Elternratgeber der GPA auf der  
Internetseite [www.gpau.de/elternratgeber](http://www.gpau.de/elternratgeber)  
oder unter [www.anaphylaxieschulung.de](http://www.anaphylaxieschulung.de)



### Herausgeberin

Gesellschaft für Pädiatrische Allergologie und Umweltmedizin  
Alle Rechte vorbehalten.

**Bildnachweis:** S. Schmidt: Titel | Fotolia: S. 4: oldmn  
iStockphoto: S. 5, 6: cole matt, G. Filimonova, filo, seamartini, darenwoodward

**Idee:** WAG Prävention / Allergie und Impfen | **Realisation:** iKOMM GmbH, Bonn  
**Gestaltung:** kipconcept GmbH, Bonn

Dieses Falblatt wird von der GPA kostenlos abgegeben. Es ist nicht zum Weiterverkauf  
durch den Empfänger / die Empfängerin oder Dritte bestimmt.



Eltern- und Kinderinformation // Allergien

## Mein Kind hatte eine Anaphylaxie – was können wir tun?

Informationen zu Frühwarnzeichen  
und Umgang mit dem Notfallset

## Liebe Eltern,

Anaphylaxie ist die schwerste Form einer Allergie, da sie den ganzen Körper betreffen und zum „allergischen Schock“ führen kann. Dieser Flyer soll Ihnen kurze Tipps und Informationen geben. Ausführlichere Informationen sind im „Elternratgeber“ der GPA zu finden ([www.gpau.de](http://www.gpau.de)).

### Was ist eine Anaphylaxie?

Unter Anaphylaxie versteht man eine **schwere allergische Reaktion**, bei der verschiedene Körperteile oder Organe gleichzeitig betroffen sind.

### Ist eine Anaphylaxie gefährlich?

**Ja**, es kann zu bedrohlichen Auswirkungen bis hin zum Schock mit Herz-Kreislauf-Stillstand kommen. Dies ist glücklicherweise bei Kindern nur selten der Fall.

### Was kann eine Anaphylaxie auslösen?

Viele Substanzen können zu schweren Allergien führen. Die häufigsten Auslöser einer Anaphylaxie sind:

- » Nahrungsmittel (v. a. Nüsse, Kuhmilch, Fisch und Hühnerei)
- » Insektenstiche (Biene, Wespe, Hummel und Hornisse)
- » Medikamente

### Kommen die Symptome schnell?

**Ja**, innerhalb von wenigen Minuten. Deshalb ist es wichtig, dass Sie diese früh erkennen und schnell selbst handeln.

### Was sind die ersten Anzeichen einer Anaphylaxie („Warnsignale“)?

#### Haut:

- » Quaddeln (Nesselausschlag), Hautrötung
- » Schwellung von Lippen und Gesicht
- » Jucken (Handflächen / Fußsohlen / Genitalbereich)

#### Magen-Darm:

- » Übelkeit, Erbrechen, Bauchschmerzen, Durchfall
- » Kribbeln im Mund und Rachen

#### Sonstige:

- » Fließschnupfen, unbestimmtes Angstgefühl, Schwindel

### Was sind bedrohliche Symptome?

- » Plötzliche Heiserkeit, Husten, pfeifendes Atemgeräusch und/oder
- » Blutdruckabfall, Bewusstlosigkeit
- » Symptome an 2 oder mehr Organen (z.B. Bauchkrämpfe und Quaddeln)

### Muss man den Auslöser kennen?

**Ja**, nur so können Strategien zur Behandlung und – soweit wie möglich – Vermeidung entwickelt werden. Die Diagnosestellung sollte bei einem erfahrenen Allergologen erfolgen.

### Müssen andere Personen Bescheid wissen?

**Ja**, auch Freunde und Betreuungspersonen in Kindergarten, Schule und Freizeit müssen über den Auslöser informiert und in die Notfallmaßnahmen eingewiesen sein.

### Kann ich im Falle einer Reaktion etwas tun?

**Ja**, mit einem Notfallset. Es muss immer dabei sein und die Anwendung muss beherrscht werden. Das wirkungsvollste Medikament ist der einfach anzuwendende Adrenalin-Pen. Er verhindert die Entwicklung einer schweren allergischen Reaktion und sollte deshalb als Erstes gegeben werden. Zusätzlich kann man noch ein Kortisonpräparat und ein Anti-allergikum einnehmen.

### Wie gehe ich vor?

Gemäß dem im Set vorhandenen Notfallplan:

1. Ruhe bewahren.
2. Entfernung oder Unterbrechung der Allergenzufuhr.
3. Information des Arztes / Notarztes.
4. Notfallmedikamente anwenden – insbesondere den Adrenalin-Pen.
5. Lagerung  
(Schocklage, bei Bewusstseinstörung stabile Seitenlage, bei Atemproblemen hinsetzen).

### Muss danach eine Überwachung erfolgen?

**Ja**, in jedem Fall einer solchen Reaktion muss der Arzt / Notarzt gerufen werden. Dann muss eine Überwachung über mindestens 24 Stunden erfolgen.

### Was gibt es noch?

Für Patienten und Sie als Familie mit Anaphylaxie gibt es eine spezielle ambulante Schulung. Informationen dazu gibt es über die Homepage [www.anaphylaxieschulung.de](http://www.anaphylaxieschulung.de) und bei Ihrem Kinder- und Jugendarzt.

### Injektion mittels Pens durch die Kleidung in die Oberschenkelmuskulatur

- » Schaft des Injektors umfassen.
- » Sicherheitskappe gerade abziehen.
- » Spitze des Pens im rechten Winkel mit einer schnellen Bewegung auf die Außenseite des Oberschenkels kräftig aufdrücken.
- » Die Injektionsnadel löst deutlich hörbar aus.
- » 5–10 Sekunden aufgedrückt halten, dabei Pen nicht bewegen.
- » Pen gerade herausziehen.
- » Einstichstelle bis zu 10 Sekunden massieren.

