

## **"Vitamin C - Infusionen bei akuten Allergie-Schüben**

Die übermäßige Ausschüttung von Histamin sorgt dafür, dass unser Abwehrsystem auf Umwelteinflüsse reagiert, die eigentlich harmlos sind. Sie äußern sich in typischen Symptomen, die oft mit entzündlichen Prozessen einhergehen. Beispielsweise durch das Anschwellen von Gewebe (Ödeme) und Rötungen, das Auftreten von Juck- oder Niesreiz oder von Magen-Darm-Beschwerden.

Histamin ist ein körpereigener Botenstoff, der im menschlichen Organismus eine wichtige Funktion hat - nämlich das Abwehren körperfremder Stoffe. Ebenso spielt er eine wesentliche Rolle bei allergischen Reaktionen. Als wichtiger Mediator entzündlicher Prozesse kann Histamin zum Beispiel das Anschwellen von Gewebe bewirken. So gut wie alle Allergiker wissen über diesen Histamin Überschuss Bescheid. **Doch was viele Betroffene nicht wissen: Allergien gehen häufig mit einem Vitamin-C-Mangel einher.**

Eine aktuelle Studie konnte den Zusammenhang zwischen Allergien und Vitamin C Mangel bestätigen. An der Universitätsklinik Erlangen wurden 89 Patienten mit Allergien und Infektionen untersucht. Die Histaminwerte wurden vor und nach einer Infusion von 7,5 g Vitamin C erhoben. So konnte man eruieren, inwieweit eine einmalige Vitamin-C-Infusion den Histaminspiegel im Blut senken kann. Wie erwartet war dabei der Ausgangswert in der Allergieguppe höher als in der Infektionsgruppe.

### **Vitamin C Mangel durch Allergien**

Durch die Allergie wird unser antioxidatives System durcheinander gebracht. Im funktionierenden Zustand neutralisiert es freie Radikale im Körper, bevor diese Schaden anrichten können. **Vitamin C ist einer der wichtigsten Antioxidanten in unserem Körper.** Wenn die freien Radikale überhand gewinnen, kann es also sein, dass das vorhandene Vitamin C nicht mehr ausreicht. Dadurch entsteht der sogenannte "oxidative Stress". Das Gleichgewicht zwischen Radikalen und Antioxidanten ist nicht mehr gegeben. Oxidativer Stress wirkt sich auch negativ auf den Vitamin C Haushalt aus. Durch ihn kann ein bereits bestehender Mangel verschlimmert werden. **Die Messung des oxidativen Stresses kann in der Praxis schnell und effizient erfolgen.**

### **Vitamin-C-Hochdosis-Infusionen**

**Die Studienergebnisse der Universitätsklinik Erlangen waren beeindruckend: In beiden Gruppen konnten die erhöhten Werte durch die Infusion deutlich reduziert werden.** Bei den Allergikern wurden sie sogar nahezu halbiert. Interessant war dabei, dass die Höhe der Reduktion abhängig vom anfänglichen Histaminwert war: Je höher letzterer zu Beginn war, umso ausgeprägter war die Reduktion. Dies bestätigte die Ergebnisse einer Studie aus 2003.

**Die hochdosierte Infusion kann auch Allergikern helfen, den oft auftretenden Vitamin C Mangel zu beheben. Eine alleinige Erhöhung der Vitamin-C-Zufuhr über die Nahrung oder Vitamin-C-Präparate wie Brausetabletten reicht häufig nicht mehr aus. Vitamin C wird über Transporter aus dem Darm ins Blut aufgenommen. Jeder Mensch hat jedoch nur eine begrenzte Anzahl dieser Transporter, so kann nur ein Teil des oral zugeführten Vitamin C aufgenommen werden. Der überschüssige Teil wird ungenutzt ausgeschieden. Die Vitamin-C-Hochdosis-Infusionen gelangen direkt ins Blut und können somit einen Mangel direkt ausgleichen."**

\*Quellen: <http://www.gesundheit.com>  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23666445>  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29950123>