

Factsheet

## Zitrone und Quitte bei Heuschnupfen

Gencydo®, ein Arzneimittel aus der Komplementären und Integrativen Medizin

### Auf einen Blick

- Etwa 1,6 Millionen Menschen in der Schweiz haben Heuschnupfen (Pollenallergie). Unbehandelt kann dies nicht nur den Alltag und die Arbeit beeinträchtigen, sondern auch zu Asthma führen.
- In der Behandlung hat sich Gencydo® bewährt, ein Arzneimittel aus der Komplementären und Integrativen Medizin.
- Klinische Studien und Beobachtungsstudien zeigen, dass Gencydo® die typischen Heuschnupfen-Beschwerden reduziert. Sowohl als Nasenspray als auch in Form von Injektionen wurde eine positive Wirkung mit gleichzeitig guter Verträglichkeit nachgewiesen.

### Hintergrund

Heuschnupfen, auch Pollenallergie oder Pollinosis genannt, ist eine weit verbreitete Erkrankung. In der Schweiz reagieren jährlich etwa 1,6 Millionen Menschen allergisch auf Pollen [1]. Damit ist Heuschnupfen die häufigste allergische Erkrankung. Die Symptome reichen von Niesen, laufender Nase, juckenden Augen bis hin zu Müdigkeit und gestörtem Schlaf. Die Beschwerden können die Arbeitsleistung und die Lebensqualität erheblich beeinträchtigen [3]. Unbehandelt erhöht sich das Risiko, später ein Asthma bronchiale zu entwickeln [4].

Zur Behandlung werden häufig Arzneimittel, sogenannte Antihistaminika, eingesetzt. Diese reduzieren zwar die Beschwerden, können aber auch zu einer störenden Müdigkeit führen. Eine weitere Behandlungsmöglichkeit ist die allergenspezifische Immuntherapie – eine eher aufwändige Behandlung, die nicht immer langfristig wirksam ist [5]. Dies sind mögliche Gründe, weshalb Personen mit Heuschnupfen nach ergänzenden Therapien suchen.

Hier könnte Gencydo® helfen, ein Arzneimittel aus dem Bereich der Komplementären und Integrativen Medizin (KIM). Das Arzneimittel wird bei Heuschnupfen und allergischen Erkrankungen der Atemwege angewendet. Das Präparat, das aus Zitronen- und Quittenextrakt besteht, wird als Nasenspray oder als Injektion unter die Haut angewendet. Die Wirksamkeit und Sicherheit von Gencydo® wurden in mehreren klinischen Studien untersucht.

### Forschungsergebnisse

ForscherInnen der Universitäten Freiburg und Bern haben in einer randomisierten kontrollierten Cross-over-Studie getestet, ob die Gabe von Gencydo® bei Personen mit Heuschnupfen wirksamer ist als ein Scheinmedikament (Placebo) [6]. Die 41 Teilnehmenden der Studie erhielten entweder zuerst eine Woche lang den Gencydo®-Nasenspray und anschliessend eine Woche einen Nasenspray ohne Wirkstoff (Placebo) oder umgekehrt. Es zeigte sich, dass diejenigen, die den Gencydo®-Nasenspray erhielten, besser durch die Nase atmen konnten als jene, die das Placebo erhalten hatten. Das konnte objektiv mit einem Test gemessen werden. Die subjektiven Heuschnupfen-Symptome wie z.B. verstopfte oder laufende Nase waren mit dem Gencydo®-Nasenspray ebenfalls etwas geringer, jedoch war dieser Unterschied statistisch nicht bedeutsam. Der Gencydo®-Nasenspray wurde von allen Teilnehmenden gut vertragen.

In einer weiteren Studie berichteten ForscherInnen, dass der Gencydo®-Nasenspray schnell wirkt und keine unerwünschten Nebenwirkungen verursacht hat [7]. In dieser Beobachtungsstudie wurden ÄrztInnen befragt, die den Gencydo®-Nasenspray bei Personen mit Heuschnupfen getestet haben. Sie baten insgesamt 140 Teilnehmende, den Nasenspray über zwei Wochen zu nutzen. Die Teilnehmenden gaben danach an, dass ihre Nase weniger verstopft war, sie weniger niesen mussten und auch das Jucken nachliess. Fast alle bemerkten innerhalb der ersten zwei Tage eine Verbesserung, und einige berichteten bereits nach 20 Minuten von einer Wirkung. Niemand erlebte unerwünschte Reaktionen auf den Nasenspray. Daraus schlussfolgerten die ÄrztInnen, dass der Nasenspray wirksam und sehr gut verträglich ist.

Eine weitere Forschungsgruppe aus den Niederlanden verglich in einer randomisierten, kontrollierten Studie den Gencydo®-Nasenspray mit den Injektionen unter die Haut, um zu testen, ob beide gleich wirksam sind und sicher sind [8]. Zur Bewertung nahmen die Forschenden Blutproben und befragten die Teilnehmenden vor und nach der Behandlung. Die 23 Teilnehmenden erhielten entweder zwei Injektionen pro Woche oder verwendeten täglich den Gencydo®-Nasenspray. Nach sechs Wochen zeigte sich, dass beide Behandlungen die Symptome verbesserten. Die Injektionen linderten die morgendlichen Beschwerden etwas stärker als der Gencydo®-Nasenspray es tat. In beiden Gruppen reduzierten sich die entzündungsfördernden Stoffe im Blut und die entzündungshemmenden Stoffe erhöhten sich. Insgesamt vertrugen die Teilnehmenden den Nasenspray etwas besser als die Injektionen. Sechs der 23 Teilnehmenden berichteten über Nebenwirkungen, die meist als leicht oder mässig eingestuft wurden und nach kurzer Zeit wieder verschwanden.

### **Kommentar**

Die AutorInnen der Studien führen die positiven Effekte von Gencydo® bei Heuschnupfen auf bestimmte Inhaltsstoffe der Zitronen- und Quittenextrakte zurück. Diese sind dafür bekannt, Allergien und Entzündungen zu lindern. In in-vitro-Studien fand man, dass Gencydo® zwei wichtige Prozesse bei Allergien verlangsamt [9, 10]. Erstens verhindert Gencydo®, dass der Körper Histamin freisetzt – ein Stoff, der bei einer allergischen Reaktion entsteht und die Symptome wie Niesen oder Juckreiz auslösen kann. Zweitens verändert Gencydo® die Signalwege im Immunsystem und beeinflusst dadurch die Produktion entzündungsfördernder Stoffe. Es hemmt entweder die Aktivierung von Zellen, die Informationen weiterleiten, oder die chemischen Reaktionen, die normalerweise eine verstärkte Immunreaktion auslösen. Dadurch reduziert Gencydo® die Schwere und Dauer allergischer Reaktionen.

Die vorliegenden Studienergebnisse deuten darauf hin, dass Gencydo® eine wertvolle Ergänzung zur Behandlung von Allergien darstellt. Durch die Kombination von traditionellem Wissen mit moderner wissenschaftlicher Forschung bietet Gencydo® eine natürliche, effektive und gut verträgliche Option für Menschen, die unter allergischen Symptomen leiden.

Angesichts der positiven Ergebnisse wäre es wertvoll, die Wirksamkeit von Gencydo® in weiteren randomisierten kontrollierten Studien zu untersuchen. Zum Beispiel wäre es sinnvoll zu prüfen, wie sich Gencydo® im Vergleich zu konventionellen Arzneimitteln wie Antihistaminika und Kortison verhält. Ebenso wäre es wichtig, das Potenzial einer kombinierten Anwendung mit herkömmlichen Medikamenten zu erforschen. Dadurch könnte geprüft werden, ob durch die Kombination die Dosis von konventionellen Arzneimitteln und damit auch deren Nebenwirkungen vermindert werden können.

### **Fazit**

Gencydo® zeigte in klinischen Studien und Beobachtungsstudien eine effektive Reduktion von Symptomen bei Heuschnupfen. Damit bietet Gencydo® eine ergänzende Behandlungsmöglichkeit für Personen mit Heuschnupfen, insbesondere für diejenigen, die eine natürliche und gut verträgliche Behandlung wünschen.

## ErstautorInnen, Veröffentlichung & Link zu den Studien

- Hoffmann, 2016, <https://doi.org/10.1002/ptr.5649>
- Rother, 2008, <https://doi.org/10.1016/j.kim.2008.07.024>
- E.W. Baars, Juli 2011, <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.5402/2011/836051>
- Gründemann, 2011, <https://doi.org/10.1016/j.phymed.2010.11.016>

*u<sup>b</sup>*

## Referenzen

- 1 Aha! Allergiezentrum Schweiz. Allergie, Asthma und Hauterkrankungen – Prävalenzzahlen. Bern: aha! Allergiezentrum Schweiz; 2023 (Zugriff 17. Juli 2024).  
<https://www.aha.ch/userfiles/files/praevalenz/aha-praevalenzzahlen.pdf>
- 2 Meltzer EO, Bukstein DA. The economic impact of allergic rhinitis and current guidelines for treatment. *Annals of Allergy, Asthma & Immunology*. 2011;106(2):12-6.
- 3 Brożek J L, et al. Allergic Rhinitis and its Impact on Asthma (ARIA) guidelines-2016 revision. *Journal of Allergy and Clinical Immunology*. 2017;140(4):950-8.
- 4 Raulf M, Werfel T. S2k-Leitlinie spezifische Allergen-Immuntherapie bei IgE-vermittelten allergischen Erkrankungen. *Allergologie*. 2022;45(9):643-702.
- 5 Hoffmann A, Klein SD, Gründemann C, Garcia-Käufer M, Wolf U, Huber R. Efficacy of a Nasal Spray from Citrus limon and Cydonia oblonga for the Treatment of Hay Fever Symptoms - A Randomized, Placebo Controlled Cross-Over Study. *Phytotherapy research*. 2016;30(9):1481-6.
- 6 Rother C. Untersuchung zur Ermittlung des Anwendungsnutzens von Weleda heuschnupfenspray unter besonderer Berücksichtigung der Wirkungs dynamik - Ergebnisse einer prospektiven Beobachtungsstudie. *Komplementäre und integrative Medizin*. 2008;49(10):43-8.
- 7 Baars EW, Jong M, Nierop AF, Boers I, Savelkoul HF. Citrus/cydonia compositum subcutaneous injections versus nasal spray for seasonal allergic rhinitis: a randomized controlled trial on efficacy and safety. *International Scholarly Research Notices, ISRN Allergy*. 2011;2011:1-11.
- 8 Gründemann C, Papagiannopoulos M, Lamy E, Mersch-Sundermann V, Huber R. Immunomodulatory properties of a lemon-quince preparation (Gencydo®) as an indicator of anti-allergic potency. *Phytomedicine*. 2011;18(8-9):760-8.
- 9 Huber R, Stintzing FC, Briemle D, Beckmann C, Meyer U, Gründemann C. In vitro antiallergic effects of aqueous fermented preparations from Citrus and Cydonia fruits. *Planta medica*. 2011;334-40.