

Gewitterasthma – Was steckt dahinter?

Open Science > Medizin - Mensch - Ernährung > Gewitterasthma – Was steckt dahinter?



Bei Allergikern können Gewitter zu starken Asthmaanfällen führen, Bild: erstellt mit Canva

Ein Sommergewitter bringt meist Abkühlung nach einem heißen Tag. Doch für manche Menschen kann es innerhalb weniger Minuten lebensbedrohlich werden. Plötzlich treten Husten, Atemnot oder pfeifende Atmung auf. Ausgelöst nicht durch den Regen selbst, sondern durch die Luft. Dieses seltene Phänomen wird als Gewitterasthma bezeichnet.

Was passiert während eines Gewitters?

Während der Pollenzeit, also auch im Sommer, sorgen starke Windböen vor und während eines Gewitters dafür, dass sich besonders viele Pollen und Partikel in Bodennähe ansammeln. Das alleine ist meistens noch kein großes Problem, weil Pollenkörner normalerweise zu groß sind, um bis in die tiefen Atemwege zu gelangen. Sie bleiben üblicherweise in Nase oder Rachen hängen und lösen dort nur typische Heuschnupfen-Beschwerden wie Niesen oder tränende Augen aus.

Bei einem Gewitter ändern sich die Bedingungen jedoch schlagartig. Durch die hohe Luftfeuchtigkeit nehmen Pollenkörner Wasser auf, quellen auf und platzen schließlich. Dabei werden Hunderte winziger Partikel freigesetzt, die die allergieauslösenden Bestandteile der Pollen enthalten. Da sie deutlich kleiner sind als ganze Pollenkörner, können sie tief bis in die Bronchien und Lungenbläschen gelangen.

Bei Menschen mit einer Pollenallergie oder Asthma erkennt das Immunsystem diese Partikel als Gefahr und löst eine überschießende Abwehrreaktion aus. Die Atemwege entzünden sich, die Bronchien ziehen sich zusammen und bilden vermehrt Schleim. Die Folge sind Husten, pfeifende Atmung und Atemnot, typische Symptome eines Asthmaanfalls.

Winzige Pollen-Partikel gelangen tief in die Bronchien

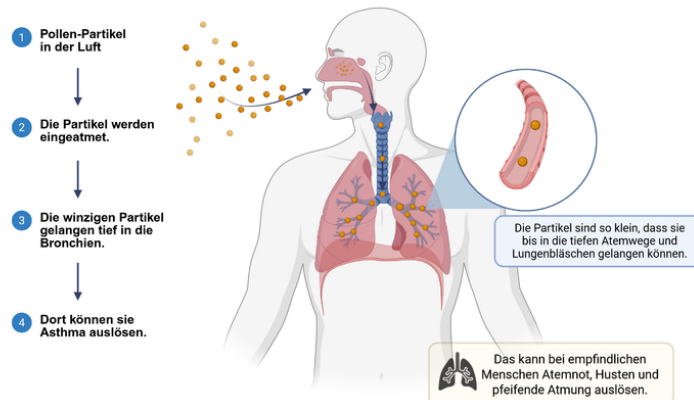


Abbildung 1 Gewitter können Pollenkörner in winzige Allergiepartikel zerlegen, die tief bis in die Bronchien gelangen und dort Asthma auslösen können, Bild: erstellt mit Biorender.com

Wer ist besonders gefährdet?

Ein erhöhtes Risiko haben vor allem Menschen mit Heuschnupfen, einer Gräserpollenallergie oder Asthma. Überraschend ist zwar, dass auch Personen betroffen sein können, die zuvor nie einen Asthmaanfall hatten. Allerdings hatten 90-100% der Personen, die bei Gewittern akute Atemprobleme erlebten, auch Heuschnupfen. Somit ist ein Asthmaanfall durch Gewitter bei gesunden Personen sehr unwahrscheinlich.

Ein Gewitter, das Geschichte schrieb

Wie schwerwiegend Gewitterasthma sein kann, zeigte ein außergewöhnliches Ereignis im November 2016 in Melbourne, Australien. Nach einem Gewitter mussten innerhalb weniger Stunden mehrere tausend Menschen medizinisch versorgt werden. Zahlreiche Patient:innen wurden ins Krankenhaus eingeliefert und zehn Menschen verloren sogar ihr Leben. Bis heute gilt dieses Ereignis als die größte dokumentierte Gewitterasthma-Epidemie weltweit.

Kann man sich schützen?

Gewitterasthma tritt nur unter ganz bestimmten Wetterbedingungen auf und ist insgesamt selten. Menschen mit einer Gräserpollenallergie oder Asthma können ihr Risiko jedoch verringern, indem sie während der Pollensaison Wetter- und Pollenwarnungen beachten, sich bei herannahenden Gewittern möglichst in Innenräumen aufhalten und ihre bestehende Asthmathherapie konsequent anwenden.

Fazit

Gewitterasthma zeigt eindrucksvoll, wie eng Wetter, Umwelt und unsere Gesundheit miteinander verbunden sind. Was für viele Menschen lediglich das Ende eines heißen Sommertages bedeutet, kann für andere zu einem medizinischen Notfall werden. Deshalb ist es wichtig, die eigenen Allergien zu kennen und bei entsprechenden Wetterbedingungen besonders aufmerksam zu sein.

Rafaela Vostatek, 01.07.2026

Quellenangaben

Price D, Hughes KM, Thien F, Suphioglu C. Epidemic Thunderstorm Asthma: Lessons Learned from the Storm Down-Under. J Allergy Clin Immunol Pract. 2021;9(4):1510-1515. [doi:10.1016/J.JAIP.2020.10.022](https://doi.org/10.1016/J.JAIP.2020.10.022)

Thien F, Beggs PJ, Csutoros D, et al. The Melbourne epidemic thunderstorm asthma event 2016: an investigation of environmental triggers, effect on health services, and patient risk factors. Lancet Planet Health. 2018;2(6):e255-e263. [doi:10.1016/S2542-5196\(18\)30120-7](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(18)30120-7)

Harun NS, Lachapelle P, Douglass J. Thunderstorm-triggered asthma: what we know so far. J Asthma Allergy. 2019;12:101-108. [doi:10.2147/JAA.S175155](https://doi.org/10.2147/JAA.S175155)