(https://meileneranzeiger.ch/)

MeilenerAnzeiger

Amtliches, obligatorisches Publikationsorgan der Gemeinde Meilen

Freud und Leid in der Weihnachtszeit

26.11.2026 | Ratgeber | Dr.med. Petra Becker-Wegerich

Weihnachten ist ein Fest für alle Sinne: Zimtsterne, Lebkuchen, Nelken, Anis und der Duft eines frisch geschmückten Tannenbaums gehören einfach dazu. Doch manche Traditionen können unserer Haut zu schaffen machen.

So sind Zimtaldehyd (Cinnamal) im Zimt und Eugenol in Gewürznelken bekannte Kontaktallergene. Sie können Rötungen, Juckreiz und Ekzeme auslösen. Anis enthält vorwiegend Anethol; Kontaktallergien sind seltener, kommen aber vor. Auch konzentrierte ätherische Öle können die Haut reizen.

Duftkerzen können allergische Reaktionen hervorrufen
Zimt-, Vanille- oder Tannendüfte verbreiten Gemütlichkeit. Ihre Duftstoffe können bei sensibilisierten Menschen aber allergische Hautreaktionen verursachen, besonders im Gesicht und an den Augenlidern. Rauch und Verbrennungsprodukte reizen zusätzlich Haut und Atemwege.

Kontaktekzem durch Tannenbaum
Seine spitzen Nadeln verursachen kleine Stichverletzungen. Weniger bekannt ist die Weihnachtsbaum-Dermatitis: Baumharzbestandteile wie Kolophonium können allergische Kontaktekzeme auslösen. Eine allergische Abklärung wird empfohlen.

Kein Eis auf Verbrennungen
Auch heisses Wachs und offene Flammen bergen Verbrennungsgefahr. Frische Verbrennungen sollten etwa 20 Minuten mit fliessendem Wasser gekühlt werden. Eis und Hausmittel sind ungeeignet! Bei grösseren Flächenverbrennungen muss man umgehend ein Spital aufsuchen.
Tipp: Bei Duftstoffallergien auf parfümierte Kerzen verzichten, ätherische Öle nie unverdünnt anwenden und beim Schmücken des Christbaums Handschuhe tragen.

/Dr.med. Petra Becker-Wegerich, Fachärztin FMH Dermatologie, Lasertherapie fmCH, Ästhetik- und Laserzentrum Zürichsee AG, www.laserepilation.ch (http://www.laserepilation.ch)