

Hausstaubmilbenallergie

Hausstaubmilben gehören zu den Spinnentieren und sind mit freiem Auge nicht sichtbar. Sie leben bevorzugt in Matratzen, Decken, Teppichböden, Kopfkissen und Polstermöbeln. Auch Kinderspielzeug (Plüsch- Woll- und nicht waschbare Stofftiere), Füllmaterial aus Wolle und Synthetik und sogar Latexmatratzen enthalten Milben. Sie fühlen sich dort wohl, wo Mensch und Tier sich gerne aufhalten. Sie lieben die Wärme und hohe Luftfeuchtigkeit (70 - 80%) und leben vor allem von Pilzen, welche menschliche und tierische Hautschuppen befallen. Das allergieauslösende Antigen ist im Kot der Milben enthalten. Die Hauptbeschwerdezeit ist im Herbst zu Beginn der Heizungsperiode. Die Symptome der Hausstaubmilbenallergie treten vor allem nachts und morgens in Form von allergischer Bindehautentzündung mit Augenjucken, Fließschnupfen, Niesattacken oder Asthma bronchiale auf. Über 1500 m Meereshöhe können Milben nicht überleben.

Nützliche Ratschläge für Hausstaubmilbenallergiker

1. Matratzen und Kopfpolster sollten in milbenundurchlässiges Material („encasing,“) eingehüllt werden. Diese Überzüge müssen häufig feucht abgewischt und alle 2 Monate bei wenigstens 60° gewaschen werden. Leintücher und Matratzenauflagen möglichst 1x pro Woche wechseln.
2. Vergessen Sie nicht, die milbenundurchlässigen Überzüge auch in den Urlaub mitzunehmen.
3. Milbenhaltiges Kinderspielzeug, welches nicht gewaschen werden kann, kann für 24 Stunden tiefgekühlt und anschließend mild gewaschen und getrocknet werden.
4. Teppichböden, Teppiche und nicht waschbare Vorhänge sollten aus der Wohnung, besonders aus dem Schlafzimmer, entfernt werden. Sogenannte Staubfänger, wie Bücher und Stoffspielzeug sollten möglichst in einer Vitrine oder Schublade, Kleider, welche wenig getragen werden, in einem Plastiksack aufbewahrt werden.
5. Staubsauger sollten Spezialfilter enthalten (z.B. Wasserfilter, Mikrofilter). Milben in Teppichen und Polstermöbel können auch durch Dampfreinigung mit 150°C oder durch milbenabtötende Sprays vorübergehend eliminiert werden.
6. Das Schlafzimmer sollte kühl und trocken sein. Es sollten keine Luftbefeuchter verwendet werden. Pflanzen und Tiere haben Schlafzimmerverbot! Lüften Sie häufig, Kämmen und Bürsten Sie sich nicht im Schlafzimmer.
7. In ihrer Wohnung sollte nicht geraucht werden.
8. Milbenallergiker sollten keine Haustiere halten (Schuppen und Haare sind Nahrung für Milben).
9. Wenn trotz Wohnungssanierung gegenüber Hausstaubmilben die Allergiebeschwerden weiterhin vorhanden sind, kann eine Hyposensibilisierungstherapie das Fortschreiten der Erkrankung verhindern, die Symptome bessern oder heilen, vor allem dann, wenn sie frühzeitig durchgeführt wird.

Abteilung für Dermatologie und Venerologie

Geschäftsführender Direktor: Dr. Franz Wenter

Spitalstraße 11 | 39031 Bruneck

Tel. 0474 581230 | Fax 0474 581231

<http://www.sb-bruneck.it> | derma@sb-bruneck.it

Firmenbezeichnung: Sanitätsbetrieb der Autonomen Provinz Bozen

St.-Nr. / MwSt.-Nr. 00773750211

Reperto Dermatologia e Venerologia

Direttore reggente: Dott. Franz Wenter

Via Ospedale, 11 | 39031 Brunico

Tel. 0474 581230 | Fax 0474 581231

<http://www.as-brunico.it> | derma@as-brunico.it

Ragione soc.: Azienda Sanitaria della Provincia Autonoma di Bolzano

Cod. fisc. / P. IVA 00773750211