

Merkblatt bei Hausstaubmilbenallergie

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient!

Bei Ihnen liegt eine allergische Reaktion auf das Allergen der Hausstaubmilbe vor. Dieses Allergen besteht aus flugfähigem Feinstaub, der sich mit dem Kot der Milben verbindet und unsichtbar durch die Luft schwebt.

Die Hausstaubmilben sind in unseren Breiten in allen Haushalten vorhanden und bilden sozusagen die Müllabfuhr im mikroskopischen Bereich, indem sie Bakterien, Schimmelpilzsporen, Hautschuppen und ähnliches fressen. Sie sind also im höchsten Maße nützlich und unverzichtbar als Hausgenossen.

Deswegen halte ich überhaupt nichts davon, sie mit chemischen Mitteln zu vernichten, was sowieso nur für kurze Zeit gelingt.

Die beste Möglichkeit, eine allergische Erkrankung zu behandeln, ist die Vermeidung des Kontaktes mit dem Allergen. Das ist bei den Hausstaubmilben nicht so ganz einfach.

Das Hauptreservoir für die Milben ist das Bett.

Aus diesem Grunde sollte man die Matratze, das Kopfkissen und die Bettdecke in milbenallergendichte Mikrofaserbezüge einpacken.

Auch in Teppichböden, Polstermöbeln und Gardinen finden sich grössere Mengen der winzigen Tierchen. Hier hat man früher empfohlen, alle diese Materialien gegen glatte auszutauschen.

Es hat sich aber gezeigt, dass zwar die Anzahl der Hausstaubmilben dadurch deutlich gesenkt werden kann, der Allergengehalt in der Luft aber um ein vielfaches höher wird.

Meine Empfehlung ist daher, (wieder) Teppiche und Teppichböden zu benutzen. Diese sollten aber einen möglichst hohen Kunstfaseranteil haben, damit der Feinstaub durch die statische Aufladung besser gebunden wird.

Natürlich sollte ein moderner Staubsauger mit Feinstaubfilter oder noch besser ein Sauger, der nur mit Wasser filtert, benutzt werden.

Während des Staubsaugens sollte quer gelüftet werden.

Sollten alle diese Maßnahmen nicht zum Erfolg führen, kann man auch eine Hyposensibilisierung durchführen. Damit habe ich durchaus gute Erfahrungen gemacht. Eine weitere Möglichkeit bei vorwiegender Nasenatmungsbehinderung besteht in mehr oder weniger umfangreichen operativen Maßnahmen.