

Hausstaubmilben-Allergie

Der ganz gewöhnliche Staub kann bei manchen Menschen zu starken allergischen Beschwerden führen.

Überall ist der Hausstaub anders zusammengesetzt. Er besteht u.a. aus:

- Haaren und Schuppen von Tieren und Menschen
- Federn, Fasern, Bakterien, Schimmelpilzen
- Im Frühjahr und Sommer kommen noch Pollen hinzu.

Ganz wichtig jedoch: Der Hausstaub enthält Milben.

Diese Milben sind so klein, dass man sie mit bloßem Auge nicht erkennen kann. Normalerweise sind die winzigen Milben ungefährlich. Sie können keine Krankheiten übertragen. Viele Menschen sind jedoch gegen ihre Körpersubstanzen allergisch. Manche Patienten sind allergisch gegen die Milben und gleichzeitig gegen den Hausstaub.

Wie macht sich eine Hausstaubmilben-Allergie bemerkbar?

Betroffene Patienten leiden unter Niesen, Schnupfen, Husten und vermehrtem Tränenfluss. Aber auch ein vermehrtes Räuspern oder Juckreiz können Anzeichen einer Hausstaubmilbenallergie sein. Manchmal kommt es zur Atemnot. Im fortgeschrittenen Stadium können die allergischen Beschwerden Asthma hervorrufen.

Diese Krankheitserscheinungen sind ganzjährig vorhanden.

Entfernen Sie den Hausstaub!

Besonders wichtig ist hierbei eine Schlafzimmersanierung, weil die Milben sich besonders gerne in diesem Milieu aufhalten und sehr gut dabei gedeihen.

Zur Linderung der Beschwerden:

- Tauschen Sie alle organischen Substanzen im Bett gegen synthetische Materialien um. Verwenden Sie bitte Matratzen aus Kunststoff mit Überzügen aus synthetischen Fasern. Auch die Füllungen sollen aus Synthetik-Material sein
- Wechseln Sie die Bettwäsche unbedingt jede Woche
- Lüften Sie Ihre Bettwäsche täglich
- Entfernen Sie „Staubfänger“ wie Teppichböden, schwere Gardinen, Polstermöbel und Kuscheltiere aus dem Schlafzimmer, auch offene Bücherregale sind ideale Staubfänger
- Überheizen Sie das Schlafzimmer nicht: Die optimale Temperatur im Schlafzimmer sollte 16 bis 18°C betragen

Wie soll der Staub entfernt werden?

Mit dem Staubsauger soll der Staub beseitigt werden. Das Staubsaugen sollte allerdings der Allergiker nicht selber vornehmen! Auch Haustiere wirbeln Staub auf. Bitte, verzichten Sie in Ihrem Interesse auf die Tierhaltung in Wohnräumen.

Was soll man im Urlaub machen?

Bei einer Hausstaubmilben-Allergie sollten Sie einen Urlaub im Hochgebirge bevorzugen. Ab 1.500m ist dort das Klima für Sie besonders günstig.

Sonstige Therapieansätze:

Durch eine Hyposensibilisierung kann ein immunologischer Schutz im Körper aufgebaut werden, der Sie nach einiger Zeit unempfindlich macht oder die Beschwerden stark reduzieren kann. Bei weiteren Fragen oder Interesse an einer Hyposensibilisierung sprechen Sie unser Praxisteam an- wir beraten Sie gern!