

Milbenallergie

Eine Allergie ist eine übersteigerte, krankmachende Abwehrreaktion des Körpers, ausgelöst durch Allergene. Aufgrund der durchgeführten Untersuchungen wurde bei Ihnen eine Milbenallergie festgestellt. Milben sind die wesentlichen Allergene im Hausstaub, die eine Allergie auslösen. Sie werden den sogenannten Inhalationsallergenen zugeordnet und können folgende Krankheitserscheinungen auslösen.

- **Nase:** Niesreiz, Schnupfen, Schleimhautschwellung (verstopfte Nase, Atembeklemmung) = Rhinitis
- **Augen:** Juckreiz, Rötung, Tränen, Schwellungen = Konjunktivitis
- **Atemwege:** Husten, Verschleimung = Bronchitis, akute Atemnot, Asthma
- **Haut:** Juckreiz, Ausschlag (Ekzem, Nesselfieber, Neurodermitis)

Im Hausstaub finden sich neben der Hauptquelle Milben und deren Exkremente noch zahlreiche weitere Allergene wie Tierhaare, Schimmelpilze, Nahrungsmittelreste, Textilfasern etc., die ebenfalls Allergien auslösen können. Da diese Hausstaub-Allergene fast ausschließlich in geschlossenen Räumen nachgewiesen werden, spricht man von „Innenraumallergenen“.

Hausstaubmilben besiedeln nahezu jede Art von Textilien, solange sie günstige Lebensbedingungen finden und mit Nahrung versorgt werden. Milben bevorzugen Temperaturen um 25°C und eine Luftfeuchtigkeit über 60%. Ihre Hauptnahrung sind menschliche und tierische Hautschuppen.

Eine hohe Milbenbesiedlung findet sich in der Regel dort, wo Menschen besonders häufig liegen und sitzen. Daher sind sie vorrangig im Bett zu finden, aber auch in Teppichen, Polstermöbeln, Gardinen, Fellen, Stofftapeten und sogar in Kleidung und Stofftieren. Vorratsmilben kommen in der Landwirtschaft, im häuslichen Bereich und in Nahrungsmitteln (Heu, Stroh, Futter und Nahrungsvorräten) vor.

Im Herbst-/Winterhalbjahr (Heizung, weniger Lüftung etc.) sind mehr Milbenallergene im Wohnbereich vorhanden.

Die Krankheitssymptome sind nachts, wenn man für mehrere Stunden im Bett den Milbenallergenen direkt ausgesetzt ist, am stärksten.

Maßnahmen zur Behandlung der Milbenallergie:

1. Sanierung (Säuberung)

Um ein allergikergerechtes Umfeld zu schaffen, sind gezielte Sanierungsmaßnahmen zu empfehlen. Dafür ist in einem ersten Schritt der Milbenbefall von Gegenständen durch ein Nachweisverfahren (z.B. Acarex - Test) festzustellen. Um die Milben abzutöten und deren Allergene zu entfernen, werden die befallenen Textilien mit sogenannten akariziden (Milben abtötend) Substanzen behandelt. Die Sanierung sollte 1-2 x im Jahr erfolgen. In von Milben befallenen Textilien werden diese durch eine einstündige 60° Wäsche abgetötet. Textilien, die nicht bei 60° gewaschen werden können, sollten mit einem akariziden Kaltwaschmittelzusatz (z.B. Acaril) gereinigt werden.

2. Prävention (Vorbeugung)

Als erste Sofortmaßnahme gilt das Umhüllen der Matratze. Decke und Kissen werden monatlich gewaschen, da im Bett die größte Menge an Hausstaubmilben-Allergenen vorhanden ist. Wenn möglich sollte auf textile Einrichtungsgegenstände verzichtet werden. Da dies nicht immer realisierbar ist, ist regelmäßiges Waschen der Textilien empfehlenswert. Generell sollte man ein „milbenfeindliches“ Klima schaffen, indem häufig gelüftet und auf Raumluftbefeuchter verzichtet wird. Das gilt insbesondere für Schlafräume.

3. Behandlung der Beschwerden (Symptomatische Therapie)

Je nach Lokalisation, Form und Ausmaß der Beschwerden Anwendung entsprechender Medikamente (Tropfen, Tabletten, Spritzen u.a.) als akute Sofortmaßnahme. Hierdurch wird eine Beseitigung, Linderung, Unterdrückung der allergiebedingten Beschwerden aber nur für die Dauer der Anwendung erreicht.

4. Immunbehandlung durch spezifische Immuntherapie

Da die Milbenallergene nicht nur in Ihrem häuslichen Umfeld vorkommen, sondern auch in anderen Gebäuden wie Schulen, Hotels, Wohnungen etc., ist wenn möglich eine Behandlung des Patienten z.B. durch eine spezifische Immuntherapie erforderlich.

- Die Hyposensibilisierung nimmt als einzige Methode Einfluss auf Ihr verändertes Immunsystem und setzt somit an der Ursache der Erkrankung an. Sie bewirkt eine Rückbildung/Minderung der Krankheitserscheinung.
- Ziel der Behandlung ist es, durch regelmäßige Verabreichung der allergieauslösenden Stoffe eine körpereigene Toleranz gegenüber den Allergenen aufzubauen und damit die Symptome zu unterbinden.
- Die Behandlung wird mit speziell auf die krankmachenden Allergene abgestimmten Präparaten (in Form von Spritzen oder Tropfen) durchgeführt.
- Behandlungsdauer: fortlaufen mind. 3 Jahre.

Die Hausstaubmilbenallergie ist eine ernste Erkrankung. Je früher deshalb die spezifische Immuntherapie im Krankheitsverlauf eingesetzt wird, desto größer ist die Chance, Ihre Allergie ganz zu heilen und einer Entstehung von Asthma und chronischen Nebenhöhlenerkrankungen vorzubeugen.

5. Sanierung - Prävention

- Bett: Umhüllung von Matratze, Decke und Kissen mit Zwischenbezügen (z.B. Allergocover)
- Teppiche: Wenn möglich entfernen, sonst Sanierung: 1-2 x jährlich (Acarosan)
- Polstermöbel: Wenn möglich entfernen, sonst Sanierung: 1-2 x jährlich (Acarosan)
- Stofftiere: Entfernen /Meiden, sonst Sanierung: 24 h Tiefkühlschrank und Waschen oder Waschen mit Acaril
- Haustiere: Meiden, abschaffen, besser keine anschaffen
- Textilien: Waschen (Acaril) - Reinigen - Bürsten - Lüften, Lagerung außerhalb des Schlafzimmers. Gardinen etc. wenn möglich entfernen, sonst Sanierung: 1-2 x jährlich (Acaril)
- Wohnung: Feuchtigkeit (Wände, Decken, Boden) beseitigen
- Nahrungsmittel: Vorräte bei Verdacht auf Milbenbefall entsorgen



6. Generell

- Luftfeuchtigkeit: unter 50% (keine Luftbefeuchter)
- Lüftung: häufig am Tage (Schlafzimmer besonders)
- Temperatur: unter 22°C (Schlafzimmer konstant 18°C)
- Staubsaugen: häufig (durch Fremdperson)
- Pflanzen : Meiden/Entfernen - insbesondere Schlafzimmer
- Reizstoffe: Rauch, parfümierte Reinigungsmittel, Dünste etc. meiden
- Urlaub: 1300 m und höher kaum Milbenbefall, Allergiker - Zimmer bevorzugen