

Ungebetene Gäste - Hausstaubmilben

Außer Pollen und Nahrungsmitteln gibt es noch eine Reihe weiterer Auslöser für Allergien meist in unserem häuslichen Umfeld. Da sind zunächst die Hausstaubmilben. Das sind mikroskopisch kleine Spinnentiere, die sich von Hautschuppen und dem Abrieb von Daunenfedern ernähren. Deshalb findet man sie millionenfach in Matratzen und Betten. Auch Teppiche, Polstermöbel und Vorhänge sind bevorzugte „Wohnorte“.

Die Allergieauslöser sind nicht die Spinnentiere selbst, sondern ihr Kot. Der trocknet aus, verbindet sich mit dem Staub, wird aufgewirbelt und eingeatmet und führt dann zu den typischen Beschwerden wie Niesreiz und tränenden Augen.

Typisch für eine Hausstauballergie ist, dass die Symptome ganzjährig auftreten und meist nachts und morgens besonders stark sind.

Neben antiallergischen Medikamenten bringt hier eine entsprechende Ausstattung der Wohnung Hilfe: Lüften sie regelmäßig und sorgen sie dafür, dass die Luftfeuchtigkeit unter 60 Prozent liegt. Alle Staubfänger wie Teppiche, schwere Vorhänge oder offene Regale sollten entfernt werden. Geeignet sind feucht wischbare Böden. Polstermöbel können mit milbentötenden Sprays aus der Apotheke behandelt werden.

Bettzeug sollte entweder waschbar sein oder mit milbendichten Bezügen versehen werden. Diese Spezialbettwäsche erhalten Sie in der Apotheke. Es handelt sich um Überzüge, die Kopfkissen, Bettdecke und Matratze komplett umschließen und einfach unter die normale Bettwäsche gezogen werden.

Auch Kuscheltiere sind bei Milben sehr beliebt. Sie sollten



Foto: Blende 8

Apotheker Dr. Lutz Engelmann

daher regelmäßig gebürstet oder abgesaugt werden und hin und wieder für ein bis zwei Tage in die Tiefkühltruhe wandern. Das tötet die Milben ab.

Auch Allergien auf Tierhaare sind weit verbreitet. Es handelt sich nicht um eine Reaktion auf Tierhaare als solche sondern gegen Eiweiß aus Hautschuppen des Tieres.

Auch hier hilft nur, den Kontakt zu vermeiden, möglichst keine Tiere im Schlaf- oder Kinderzimmer zu halten und für Notfälle, zum Beispiel wenn man Tierbesitzer besucht, anti-allergische Medikamente bereitzuhalten.

Allerdings gibt es auch neuere Untersuchungen, die darauf hinweisen, dass Kinder, die bereits im ersten Lebensjahr engen Kontakt mit Hunden oder Katzen haben, eher vor Allergien geschützt sind.

**Ihr Apotheker
Dr. Lutz Engelmann**