



Hausstaubmilbenallergie



Dr. med. Christiane Pichler

Interview mit Dr. med. Christiane Pichler, Oberärztin, Klinik für Rheumatologie und klinische Immunologie/Allergologie, Inselspital, Bern

Wie häufig ist die Hausstaubmilbenallergie in der Bevölkerung, und was sind die typischen Symptome, welche sie auslösen kann?

Pichler: In der Sapaldia-Studie 1991 (Swiss Study on Air Pollution And Lung Diseases in Adults) zeigten 9 Prozent der Schweizer Bevölkerung eine positive Reaktion beim Hauttest auf Hausstaubmilben. Davon ausgehend kann man sagen, dass zirka 4 bis 5 Prozent der Bevölkerung allergisch auf Hausstaubmilben reagiert. Typische Symptome sind anstrengungsinduzierte Luftnot, morgens verstopfte Nase und gelegentlich morgendlicher Juckreiz und Augenentzündungen.

Welche Milbenbestandteile lösen allergische Reaktionen aus, und unter welchen Bedingungen vermehren sich Milben besonders?

Pichler: Allergene sind Proteine. Diese sind in den Kotbällchen der Hausstaubmilben enthalten oder stammen auch aus Bestandteilen des Milbenkörpers. Milben mögen es gerne warm und feucht. Daher sind die meisten Milben im Bett, insbeson-

dere in Matratzen, zu finden. Da wir mehrere Stunden darin verbringen, es erwärmen und durch Schwitzen auch ein feuchtes Milieu erzeugen, entsteht eine ideale Umgebung, in welcher sie sich rasch vermehren können.

Welche Lebensmittel können bei Hausstaubmilbenallergie Kreuzreaktionen auslösen? Sind diese Kreuzreaktionen häufig?

Pichler: Kreuzreaktionen sind mit Schnecken, Shrimps, Garnelen und Muscheln bekannt. Aber Kreuzreaktionen und ganz allgemein Nahrungsmittelallergien sind eher selten: Nur 2 bis 4 Prozent der Bevölkerung sind allergisch auf Nahrungsmittel. Ob ein Patient auf Schnecken, Shrimps, Garnelen oder Muscheln allergisch reagiert, hängt sicher auch mit der Häufigkeit des Konsums zusammen.



Was sind die wichtigsten sinnvollen primären und sekundären Massnahmen, die ein Patient ergreifen soll? Auf welche Details sollte bei einer Hausstaubmilben-sanierung besonders geachtet werden?

Pichler: Eine Hausstaubmilbensanierung sollte nach dem heutigen Kenntnisstand nur dann durchgeführt werden, wenn effektiv eine Allergie auf Hausstaubmilben besteht. Dazu gehört der

Hausstaubsanierungsmaßnahmen

Hausstaubmilbenallergie – was können wir dagegen tun?
 Folgende vier wichtige Regeln sollten eingehalten werden:

<p>1. Wohnung</p> <p>Wir empfehlen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Während der Heizperiode eine relative Luftfeuchtigkeit nicht über 50 %. • die Raumtemperatur im Schlafzimmer nicht über 18 °C, im Wohnzimmer 19–21 °C. • Alle Räume regelmässig kurz lüften – besonders bei kaltem Winter. <p>Keine Grünpflanzen im Schlafzimmer. Keine Haustiere in der Wohnung.</p>	<p>2. Bett</p> <p>Wir empfehlen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Milbenallergendichte Matratzenüberzüge verwenden. • Für Kissen und Duvets milbenallergendichte Überzüge verwenden oder waschbare Kissen und Duvets regelmässig bei 60 °C waschen und gut trocknen.
<p>3. Putzen</p> <p>Wir empfehlen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Staubfänger (wie Wandbefänger, schwere Gardinen, nicht waschbare Stoffbander) entfernen. Optimal sind Böden, die man feucht reinigen kann (Parkett, Linoleum). <p>Staubwischen mit einem feuchten Tuch.</p>	<p>4. Ferien</p> <p>Wir empfehlen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Orte über 1200 m s. M. sind wegen der trockenen, kalten Luft milbensarm. <p>Ferien im Gebirge sind deshalb empfehlenswert.</p>



Abbildung: Empfehlungen zur Hausstaubmilbensanierung aus der Broschüre aha! (Autorin Dr. med. C. Pichler)

Einsatz eines Überzugs über Matratze, Duvet und Kopfkissen (Encasing) sowie regelmässiges Lüften der Räume, damit die relative Luftfeuchtigkeit nicht zu hoch wird. Ausserdem empfehlenswert ist es, Staubsauger mit HEPA-Filter zu verwenden oder noch besser auf Teppiche zu verzichten. Auskunft zu weiteren Massnahmen erteilt die Patientenorganisation aha! (www.ahaswiss.ch) (siehe *Abbildung*).

Kann der Einsatz von Encasings zur Primärprävention beziehungsweise zur Verhinderung einer Allergiekarriere bei Kleinkindern mit erhöhtem Allergierisiko sinnvoll sein?

Pichler: Es gibt sehr vereinzelt Studien, die zeigen, dass der frühe Einsatz von Encasings sinnvoll ist und eine Hausstaubmilbenallergie verringert. Es gibt zurzeit jedoch keine grösseren Studien, die das bestätigen konnten.

Wann sollte eine Immuntherapie in Erwägung gezogen werden? Was sind die Voraussetzungen für eine erfolgreiche Immuntherapie, und wie stehen heute die Erfolgschancen? Sind Daten zur Langzeitwirkung bekannt?

Pichler: Die Immuntherapie empfehlen wir, wenn eine Sanierung nicht den gewünschten Effekt gebracht hat oder aus anderen Gründen nicht durchgeführt werden kann. Gut wirksam ist sie bei Patienten, die monoallergisch sind, also nur auf Hausstaubmilben allergisch reagieren. Nach einer dreijährigen Immuntherapie tritt bei diesen Patienten in ungefähr 80 Prozent der Fälle eine Verbesserung der Beschwerden ein. Auch ein leichtes Asthma kann sich verbessern. Die Wirkung hält individuell im Schnitt zirka zehn Jahre an.

Die Redaktion dankt Frau Dr. med. C. Pichler für die Beantwortung der Fragen.

Korrespondenzadresse:

Dr. med. Christiane Pichler

Oberärztin

Klinik für Rheumatologie & klinische Immunologie/Allergologie
 Inselspital, 3010 Bern

Tel. 031-632 22 69, Fax 031-632 42 08

E-Mail: christiane.pichler@insel.ch

Internet: www.insel-ria.ch/aip

Die Broschüre zur Hausstaubmilbenallergie kann per Telefon (031-359 90 00) oder online bestellt werden:

www.ahaswiss.ch/dienstleistungen/broschueren/bestellen

Weitere Informationen:

aha! Schweizerisches Zentrum für Allergie, Haut und Asthma

Infoline 031-359 90 50

E-Mail: info@ahaswiss.ch, Internet: www.ahaswiss.ch

aha! führt in verschiedenen Schweizer Städten dreimal jährlich Neurodermitis-Elternschulungen durch.

