

Was, wann,
wie bei Allergie

MILBENALLERGIE

Erklärung, Therapie, Tipps für Dich



Das Wort Allergie bedeutet so viel wie „Fremdreaktion“. Das beschreibt ganz gut, was in Deinem Körper bei einer Allergie passiert. Denn eine Allergie ist nichts anderes als eine übersteigerte Abwehrreaktion des Immunsystems auf bestimmte, normalerweise harmlose Umweltstoffe. Diese Stoffe nennt man Allergene.

Bei einer Milbenallergie, häufig auch Hausstauballergie genannt, reagiert der Körper auf Allergene, die vom Kot und abgestorbenen Körpern der Milben stammen. Diese binden sich an Staubpartikel und werden so verbreitet.

**DIE MÖGLICHEN SYMPTOME
DER MILBENALLERGIE**



NASE

Allergischer Schnupfen mit Niesreiz, verstopfter oder laufender Nase, chronische Entzündung der Nasennebenhöhlen, eingeschränktes Riechvermögen



AUGEN

Allergische Bindehautentzündung mit Augenjucken, Augenrötung und tränenden Augen



LUNGE

Allergisches Asthma mit Reizhusten und Atemnot



HAUT

Neurodermitis mit juckendem, gerötetem Hautausschlag (bei kreuzreaktiver Nahrungsmittelallergie)



MUND

Schwellungen und Jucken im Mundbereich



GESAMTBEFINDEN

Schlafstörungen

Die Milbenallergie ist nicht, wie z.B. die Pollenallergie, saisonabhängig. Betroffene berichten vielmehr über eine dauerhaft verstopfte Nase, Niesattacken und Phasen einer laufenden Nase, die sich mit beschwerdefreien Intervallen abwechseln, sowie ein eingeschränktes Riechvermögen in Innenräumen.

IN KONTAKT MIT MILBENALLERGENEN

Aufgrund ihrer geringen Größe sind Milben in ihrer Entwicklung stark vom Klima ihrer Umgebung abhängig. Am wohlsten fühlen sich Milben bei etwa 25 °C und einer hohen relativen Luftfeuchtigkeit. Diese optimalen Lebensbedingungen finden sie vor allem in Matratzen vor.

In Teppichen, Teppichböden und Polstermöbeln variiert das Milbenvorkommen mit den Jahreszeiten: Am häufigsten treten sie in den Sommermonaten ohne Heizung auf, am Ende der Heizperiode (trockene Luft) ist die Milbenpopulation hingegen klein.

Allerdings liegen in Herbst und Winter große Mengen an Milbenkot und abgestorbenen Körpern vor, die durch die Heizungsluft ausgetrocknet und verstärkt aufgewirbelt werden. Zusätzlich halten wir uns im Winter häufiger in geschlossenen Räumen auf als im Sommer, sodass die Symptome in der kalten Jahreszeit dennoch stärker ausgeprägt sein können.



Eine Milbenallergie sollte ernst genommen werden, da die Erkrankung von den oberen in die unteren Atemwege fortschreiten und sich ein allergisches Asthma entwickeln kann.

