

Hausstaubmilbenallergie

In Deutschland sind vier bis fünf Millionen Menschen an einer Hausstaubmilbenallergie erkrankt. Sie leiden in der Regel das ganze Jahr unter dieser Krankheit. Die Allergenbelastung ist tendenziell im Winter stärker als im Sommer.

Erscheinungsformen/Beschwerden

Hausstaubmilben sind bis zu 0,5 Millimeter groß und mit bloßem Auge in der Regel nicht zu erkennen. Sie ernähren sich von Hautschuppen (Menschen verlieren pro Tag bis zu ein Gramm davon) und Mikroorganismen (insbesondere Pilzen). Ihre bevorzugten Lebensräume bieten ein feuchtwarmes Klima mit Temperaturen zwischen 25 und 28 °C und einer Luftfeuchtigkeit von 70 bis 80 Prozent. Die Auslöser, die sog. Allergene, der Hausstaubmilbenallergie finden sich vor allem in Matratzen, Polstermöbeln, Teppichen, Vorhängen und Kuscheltieren. Bei einer Hausstaubmilbenallergie handelt es sich nicht um eine allergische Reaktion auf die lebenden Milben. Die Allergene im Kot der Milben sind die eigentlichen Auslöser. Hausstaubmilben zählen zur Gruppe der Spinnentiere und gehören zu den natürlichen Bewohnern der häuslichen Umgebung. Das Vorkommen der Milben ist nicht auf mangelnde Hygiene zurückzuführen. Sie übertragen keinerlei Krankheiten.

Folgende Symptome können auftreten:

- tränende oder juckende Augen
- allergischer Schnupfen (Fließschnupfen), Niesanfalle, Husten
- allergische Reaktionen der Haut (z. B. Juckreiz, Quaddeln, Schwellungen, Rötungen)
- in schweren Fällen Atemnot und allergisches Asthma bronchiale

Zwar treten die Symptome ganzjährig auf, die Milbenkonzentration ist allerdings während der Heizperiode (Winter) am höchsten. Die Beschwerden sind besonders nachts und am frühen Morgen nach dem Aufstehen am stärksten ausgeprägt.

Ursache/Diagnose/Prognose

Ursachen für die Allergie:

- Auslöser der Erkrankung sind bestimmte Stoffe (Allergene), die eine Fehlregulation und eine überschießende Abwehrreaktion des Immunsystems hervorrufen.

- Die für eine Hausstaubmilbenallergie ursächlichen Allergene finden sich im Kot lebender und in den zerfallenden Körpern toter Milben bestimmter Arten.
- Die Allergenbelastung verstärkt sich im Winter aufgrund des Aufheizens der Räume, wobei die sinkende Luftfeuchtigkeit zum Absterben eines Großteils der Hausstaubmilben führt. Ihre zerfallenden Körper geben dann eine große Menge an Allergenen frei.

Wie bei anderen Allergien auch, kann mithilfe eines Hauttests ermittelt werden, ob das Vorliegen einer Hausstaubmilbenallergie wahrscheinlich ist: Auf den Unterarm werden an unterschiedlichen Stellen Substanzen mit verschiedenen Allergenen tröpfchenweise aufgetragen. Anschließend wird mit einer spitzen Lanzette die Haut jeweils leicht angestochen (Prick-Test). Die Ritzungen sind nur kleine Wunden und fast nicht zu spüren. Beim sog. Intrakutantest werden mit einer kleinen Spritze Allergene direkt in die Haut eingebracht. Im Anschluss wird abgewartet, ob an einer oder an mehreren Stellen allergische Reaktionen (bspw. Pusteln oder Hautrötungen) auftreten. Eine weitere Diagnosemöglichkeit ist der IgE-Antikörpernachweis im Rahmen einer Blutuntersuchung. Die Ergebnisse dieser Testungen können zwar Anhaltspunkte für die Diagnose einer Allergie liefern, beim Patienten müssen jedoch auch entsprechende Symptome vorliegen. Allergien gegen Hausstaubmilben werden meist symptomatisch behandelt – Sanierungsmaßnahmen sollen die Allergenbelastung senken, Medikamente können die Beschwerden mildern. Gegebenenfalls kann eine spezifische Immuntherapie (Hyposensibilisierung) erfolgen, die die allergischen Beschwerden lindert und das Risiko der Entstehung eines allergischen Asthmas senken kann.

Behandlung

Steht die Diagnose fest, sollte als erste Maßnahme die Sanierung des Betts mit einem allergendichten Matratzenüberzug erfolgen. Zur Linderung der Symptome können antiallergische Medikamente (Antihistaminika) eingesetzt werden. Bei stärkeren Beschwerden können weitere Medikamente verschrieben werden, bspw. kortisonhaltiges Nasenspray. Viele Hausstaubmilbenallergiker lindern auf diese

Weise ihren allergischen Schnupfen und leben so relativ gut mit der Allergie. Diese Methode beseitigt jedoch nicht die Ursachen der Allergie, sondern nur ihre Symptome. Die einzige ursächliche Behandlung bei einer Hausstaubmilbenallergie ist eine Hyposensibilisierung. Der Patientin bzw. dem Patienten werden regelmäßig die Allergene unter die Haut des Oberarms gespritzt, die Dosierung wird langsam gesteigert. So soll sich der Körper schonend an die Substanz gewöhnen und seine allergische Reaktion abbauen. Eine Hyposensibilisierung erstreckt sich in der Regel über einen Zeitraum von drei Jahren. Nach einer Phase der Aufdosierung wird die nunmehr höhere Dosis ungefähr alle vier Wochen verabreicht. Wird ein Termin versäumt, wird die Dosierung wieder herabgesetzt und der Körper erneut an die eigentlich vorgesehene Dosierung gewöhnt. Eine Höchstdosis muss erreicht und über einen längeren Zeitraum gehalten werden. Nach dem Erhalt einer jeden Spritze muss die Patientin bzw. der Patient mindestens noch 30 Minuten in der Praxis verbleiben, da Nebenwirkungen eintreten können, z. B. Rötung/Quaddelbildung auf der Haut oder Jucken an der Einstichstelle. Neben Spritzen stehen auch Therapiepräparate zur sublingualen Behandlung (Präparat wird z. B. in Tropfenform eingenommen) zur Verfügung. Ratsam ist eine Hyposensibilisierung zur ausreichenden Linderung der Beschwerden und zur Senkung des Risikos der Entstehung eines allergischen Asthma bronchiale, wenn die Patientin bzw. der Patient für die Be-

handlung geeignet ist (Allergiediagnostik) und ein Therapiepräparat mit ausreichender Wirksamkeit zur Verfügung steht.

Maßnahmen:

- Bettmatratze mit allergendichten Überzügen (Encasings) sanieren (Hausstaubmilben finden besonders in regelmäßig genutzten Matratzen ihre idealen Lebensbedingungen vor)
- allergiegeeignete Bettdecke und Kopfkissen verwenden (waschbar bei mind. 60°C); alternativ können allergendichte Zwischenbezüge verwendet werden
- Bettdecke und Kissen nach dem Aufstehen immer aufdecken und reichlich lüften, damit Feuchtigkeit abdampfen kann

Materialien für Lehrkräfte

Der Deutsche Allergie- und Asthmabund e. V. (DAAB) bietet kostenlose Informationen und eine Beratungshotline an:
02166 64788 88 (Mo-Do von 9:00 bis 12:00 Uhr)
www.daab.de

- Broschüre „Chronische Erkrankungen im Kindesalter. Ein gemeinsames Thema von Elternhaus, Kindertagesstätte und Schule“ der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), erhältlich unter: www.bzga.de/infomaterialien/kinder-und-jugendgesundheit/chronische-erkrankungen-im-kindesalter
- Handreichung „Chronische Erkrankungen als Problem und Thema in Schule und Unterricht. Handreichung für Lehrerinnen und Lehrer der Klassen 1 bis 10“ der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), erhältlich unter: www.bzga.de/infomaterialien/unterrichtsmaterialien/nach-themen/?idx=625

Hinweise für Lehrkräfte

Unterricht/Pausensituation:

Lehrkräfte haben zwar keinen Einfluss auf die Erkrankung und den Ausbruch der Symptome, sollten aber dennoch darauf achten, dass die Klassenräume möglichst staubfrei und sauber sind. Glatte Bodenbeläge sollten regelmäßig feucht gewischt, Klassenzimmer oder Aufenthaltsräume sollten sehr regelmäßig gelüftet werden. Es sollten keine Polstermöbel oder Matratzen aufgestellt werden. Im Umgang mit textilen Materialien, die nicht regelmäßig gewaschen werden können, kann es zu Problemen kommen (z. B. Verkleiden mit vielfach genutzten Kostümen).

Klassenfahrten/Ausflüge:

Lehrkräfte sollten die Betroffenen daran erinnern, die vorgesehene Bettwäsche (Encasing) und gegebenenfalls auch entsprechende Medikamente mitzunehmen. Ein Schlafsaal mit mehreren Betten kann unter Umständen für einen Hausstaubmilbenallergiker problematisch sein, da aus den anderen „ungeschützten“ Matratzen ohne Encasing auch Hausstaubmilbenallergene entweichen und sich an den Staub im Innenraum anlagern können.

Selbsthilfe/Patientenorganisation

Deutscher Allergie- und Asthmabund e. V. (DAAB)
www.daab.de



Weitere Internetadressen

- www.daab.de/allergien/hausstaubmilbenallergie
- PINA e. V. (Präventions- und Informationsnetzwerk Allergie/Asthma): www.pina-info.de