

Hausstaubmilbensanierung

Allgemeines

Hausstaubmilben sind mikroskopisch kleine Spinnentierchen die weltweit verbreitet sind. Sie leben hauptsächlich von Hautschuppen lieben Temperaturen von 20-30 Grad Celsius und eine Luftfeuchtigkeit von über 60%. Besonders viele Milben gibt es daher im Bett vor allem in der Matratze. Wichtige Auslöser der Symptome sind der Milbenkot welcher mit dem Hausstaub verbreitet wird.

Massnahmen zur Reduktion der Milben

Die wirksamsten Ansätze zur Milbenbekämpfung sind das Herabsetzen der Luftfeuchtigkeit und die Unterbindung der Nahrungszufuhr für die Milben. Es muss nicht sofort die ganze Wohnung saniert werden, am Wichtigsten sind die Sanierung des Bettes und des Schlafzimmers.

1. Bettsanierung

Hierbei sollten Überzüge verhindern das Hautschuppen als Nahrung für die Milben in die Matratze gelangen und Milbenkot aus der Matratze austreten kann.

Hausstaubmilbenbezüge können z.B. bei

Stallergenes Greer AG

Aegertstrasse 11, 8305 Dietikon

043 255 70 40 bestellt werden.

Bettdecken und Kopfkissen sollten voll waschbar sein und mindestens alle 3 Monate bei mindestens 60 Grad gewaschen werden. Noch besser sind auch hier milbenallergendichte Überbezüge die ebenfalls regelmässig gewaschen werden müssen.

Morgens das Bett gut auslüften. Alle Betten in einem Raum in dem der Milbenallergiker schläft müssen saniert werden. Auch Kuscheltiere sollten entweder ganz entfernt oder einmal pro Monat bei über 60 Grad gewaschen werden.



2. Im Schlafzimmer sollte eine Luftfeuchtigkeit nicht höher als 55% sein. Teppiche sind, wenn immer möglich zu entfernen. Einmal wöchentlich sollte feucht staubgewischt werden. Schwere Vorhänge sind zu meiden. Tiere und Zimmerpflanzen sollten nicht verwendet werden.
3. Die Polstermöbel sollten, wenn immer möglich aus Leder und abwaschbar sein.
4. Ganz wichtig: das Passivrauchen bei Milbenallergikern soll vermieden werden.

Gut zu wissen

Urlaubsreisen: ab 1000m Höhe nimmt die Milbenzahl in unseren Breiten deutlich ab.

Bei Rückfragen melden Sie sich bitte bei Allergiezentrum St. Gallen, 071 222 50 90 oder

allergiezentrum-sg@hin.ch