



So wird's hyggelig trotz Hausstaubmilben-Allergie

Hygge – das ist das dänische Rezept für mehr Glück und Gemütlichkeit im Alltag. Wenn wir jetzt in der kalten und dunklen Jahreszeit die Heizung aufdrehen oder den Kamin anfeuern, uns mit einem guten Buch und einer Tasse Tee in eine Decke kuscheln und so dem Nieselwetter draußen trotzen - dann leben wir diese Art der Gemütlichkeit. Wäre da nicht die lästige Hausstaubmilben-Allergie.

Erkältung oder Hausstaubmilben?

Sobald die trockene Heizungsluft die Überreste der Milben hochwirbelt, die sich in den warmen Sommermonaten fröhlich vermehrt haben, beginnen bei Hausstaubmilben-Allergikern die Symptome: gerötete, tränende und juckende Augen, eine verstopfte oder laufende Nase. Diese Symptome von einer Erkältung zu unterscheiden, ist für viele gar nicht so einfach. Daher ist eine schnelle Abklärung wichtig, weiß die Hautärztin und Allergologin Frau Dr. Ellen Meyer-Rogge.

Kaum wird's drinnen gemütlich, beginnen die Symptome? Dann lieber gleich zum Facharzt!

Nicht jeder Schnupfen oder Husten ist gleich eine Allergie. Bleiben die Symptome allerdings über Wochen bestehen und treten sie immer wieder zur gleichen Jahreszeit auf, ist der Termin bei einem Facharzt sinnvoll, denn: „Eine unbehandelte Hausstaubmilben-Allergie kann sich auch zu allergischem Asthma weiterentwickeln“, so Dr. Meyer-Rogge.

„Freiverkäufliche Präparate unterdrücken die Symptome nur. Die Ursache für die allergische Reaktion bleibt bestehen. Das Immunsystem reagiert also weiterhin übermäßig stark auf einen eigentlich harmlosen Stoff – in diesem Fall auf die Überreste von Hausstaubmilben.“, betont Frau Meyer-Rogge.

Die Allergologin rät daher, die Allergie von Grund auf behandeln zu lassen. Wenn die Symptome dauerhaft verschwinden sollen, muss die körpereigene Abwehr die Überreaktion verlernen. Die einzige Methode dafür ist ein schrittweises Toleranz-Training, genannt spezifische Immuntherapie oder Hyposensibilisierung. Durch die regelmäßige Verabreichung definierter Allergenmengen entwickelt das Immunsystem eine Toleranz dagegen, so dass es keine allergische Reaktion mehr auslöst.

Diese freiverkäuflichen Präparate unterdrücken Symptome nur.

- Dr. med. Ellen Meyer-Rogge

Eine Hyposensibilisierung muss sich spezifisch gegen das Allergen richten und sollte deshalb nur nach der Testung und Diagnose durch eine Allergologin bzw. einen Allergologen erfolgen. Dafür übernimmt die Krankenkasse die Kosten.

Der beste Zeitpunkt ist jetzt

Anders als beispielsweise bei einer Pollenallergie kann man die Behandlung einer Hausstaubmilbenallergie zu jeder Zeit beginnen. Es gibt also keinen Grund, den Facharzttermin auf die lange Bank zu schieben.

Für alle, die nicht genügend Zeit für die regelmäßige Allergiebehandlung beim Arzt haben, ist eine Hyposensibilisierung auch mit Tabletten möglich. Der Vorteil liegt auf der Hand: Die Einnahme ist schmerzfrei, erfolgt zu Hause und lässt sich so unkompliziert in den Alltag einbinden. „Geduld braucht es für eine erfolgreiche Hyposensibilisierung trotzdem“, weiß die Expertin. „Ganz unabhängig von der Methode dauert es zwischen drei und fünf Jahren, bis sich das Immunsystem wirklich an ein Allergen gewöhnt hat.“



Dr. med. Ellen Meyer-Rogge
Fachärztin für Dermatologie und Allergologie

Frau Dr. med. Ellen Meyer-Rogge praktiziert seit 1997 als Fachärztin für Dermatologie und Allergologie in eigener Praxis in Karlsruhe. Ihr Schwerpunkt liegt in der Kombination von Dermatologie und kosmetischer Medizin sowie in der Behandlung allergischer Erkrankungen. Sie ist bekannt als Autorin vieler Bücher und Veröffentlichungen insbesondere auf dem Gebiet der ästhetischen Dermatologie.

Hier scannen und mehr erfahren!



www.allergiecheck.de/allergie-stoppen

allergiecheck.de
FÜR EIN LEBEN OHNE ALLERGIE