

# Aktuelle Presseinformation

PRESSE  
September 2011

## Sie mögen es feucht und warm – Hausstaubmilben

Bei Hausstaub-Allergie sind besondere Maßnahmen erforderlich

Hausstaub und die darin enthaltenen Milbenallergene sind in Innenräumen die häufigste Allergieursache. Hierbei stellen nicht die Milben selbst, sondern ihre Ausscheidungen die eigentlichen Allergene dar. Die Milben mögen es warm und feucht. Schlecht gelüftete und feucht-warme Räume bieten den kleinen Spinnentieren optimale Lebensbedingungen.

Die Hauptvermehrungszeit der Hausstaubmilben liegt in den Monaten Mai bis Oktober. In der Heizperiode stirbt der überwiegende Teil der Milben ab, da die Raumluftfeuchte stark absinkt. Die Milbenkörper und der Kot zerfallen, Allergene werden in großen Mengen freigesetzt und immer wieder aufgewirbelt. Hausstaubmilbenallergiker haben daher im Herbst/Winter besonders starke Beschwerden.

Je höher die Konzentration an Allergenen in der Wohnung ist, desto stärker treten die typischen gesundheitlichen Beschwerden der Hausstaubmilbenallergie auf: tropfende bzw. verstopfte Nase, gerötete, entzündete Augen, Husten und Niesen, Atemnot und juckende Haut, aber auch Kopfschmerz und Halskratzen.

Hausstaubmilben ernähren sich vorwiegend von menschlichen oder tierischen Hautschuppen, Haaren oder Federn. Täglich verliert der Mensch zirka ein Gramm Hautschuppen. Von dieser relativ kleinen Menge können in jedem Bett Tausende von Milben leben und allergieauslösende Ausscheidungen hinterlassen. Außerdem schwitzen Menschen im Schlaf pro Nacht zirka 200 bis 300 Milliliter Feuchtigkeit aus und sorgen so für ein milbenfreundliches Klima im Bett. Die Kopfkissen, Bettdecken und Bettlaken von Hausstaubmilben-Allergikern sollten täglich wenn möglich im Freien ausgeschüttelt und gelüftet werden, ihre Bettwäsche sollte wöchentlich bei 60 °C mit einem pulverförmigen Vollwaschmittel gewaschen werden.

Angst vor Waschmitteln ist übrigens nicht angebracht: „Aufgrund unserer langjährigen Datenerhebungen kann die in der Bevölkerung weit verbreitete Befürchtung eines erhöhten Allergiepotenzials von Waschmitteln hinsichtlich der Kontaktallergene nicht bestätigt werden“, so Dr. Johannes Geier vom Informationsverbund Dermatologischer Kliniken (IVDK).

Materialien wie z. B. Kuscheltiere, die nicht bei 60 °C gewaschen werden können, sollten mindestens über Nacht im Gefrierschrank bei –18 °C aufbewahrt und anschließend gewaschen werden. Zudem ist es sinnvoll, die Matratzen mit einem allergendichten Bezug zu umschließen.

Generell ist die Qualität der Raumluft wichtig für die Gesundheit. Regelmäßiges Lüften durch Stoß- und Querlüftung ist deshalb ratsam (3 – 5 Minuten bei weit geöffnetem Fenster), um die Innenraumfeuchtigkeit zu senken, mögliche flüchtige Schadstoffe aus der Raumluft zu entfernen und den Sauerstoffgehalt der Luft zu erhöhen. Um die Belastung durch Hausstaubmilbenallergene zu reduzieren, sollten glatte Bodenbeläge täglich feucht gewischt bzw. Teppichböden mit einem Staubsauger, der über einen HEPA-Filter verfügt, abgesaugt werden.

Weitere Informationen rund um Allergien beim:  
Deutschen Allergie- und Asthmabund (DAAB e.V.), [www.daab.de](http://www.daab.de)  
Hotline für Betroffene 0180 505 2121 (14 Ct./Min. aus dem dt. Festnetz)

Im FORUM  
WASCHEN  
arbeiten über 30  
Vertreter aus  
Behörden,  
Hochschulen,  
Gewerkschaften,  
Industrie,  
Kirchen,  
Ministerien,  
Nichtregierungs-  
organisationen,  
Umweltorganisa-  
tionen und  
Verbraucher-  
verbänden im  
Handlungsfeld  
„Nachhaltigkeit  
beim Waschen  
und Reinigen“  
zusammen.

Das FORUM  
WASCHEN  
versteht sich als  
eine Plattform  
zum kritischen  
Dialog aller  
Hauptakteure, die  
mit Waschen und  
Reinigen zu tun  
haben. Hierzu  
zählen Experten  
aus den oben  
genannten  
Bereichen.

## Akteure im FORUM WASCHEN:

Aktion Humane Welt e. V.; Arbeitsgemeinschaft Evangelischer Haushaltsführungs Kräfte (AEH) des Deutschen Evangelischen Frauenbundes e. V. (DEF); Berufsbildende Schule Ritterplan, Göttingen; Berufsverband Hauswirtschaft e. V.; Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit (BVL); Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR); Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (BMELV); Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz und Reaktorsicherheit (BMU); Bundesverband hauswirtschaftlicher Berufe MdH e. V.; Deutsche Energie-Agentur GmbH (dena); Deutscher Allergie- und Asthmabund e. V. (DAAB); Deutscher LandFrauenverband e. V. (dlv); DHB – Netzwerk Haushalt; Die Verbraucher Initiative e. V.; Elisabeth-Knipping-Schule, Kassel; GermanFashion Modeverband Deutschland e. V.; Gesellschaft Deutscher Chemiker e. V., Fachgruppe Chemie des Waschens; Gesundheitsamt Bremen; Hauptausschuss Detergenzien (HAD); HEA - Fachgemeinschaft für effiziente Energieanwendung e. V.; Hochschule Fulda, Fachbereich Oecotrophologie; Industriegewerkschaft Bergbau, Chemie, Energie (IG BCE); Industrieverband Körperpflege- und Waschmittel e. V. (IKW); Informationsverbund Dermatologischer Kliniken (IVDK); Institut für Markt-Umwelt-Gesellschaft e. V. (imug); Institut für ökologische Wirtschaftsforschung (IÖW) GmbH, gemeinnützig; Öko-Institut e. V.; SEPAWA/LUV (Vereinigung der Seifen-, Parfüm- und Waschmittelfachleute e. V.); Stiftung Warentest; Umweltbundesamt (UBA); Universität Bonn - Sektion Haushaltstechnik; Universität Oldenburg - Lehrstuhl für Produktion & Umwelt; Verbraucherzentrale Bundesverband e. V. (vzbv); Verbraucherzentrale Sachsen-Anhalt e. V.; World Wide Fund For Nature Deutschland (WWF); Zentralverband der Elektrotechnik und Elektronikindustrie e. V. (ZVEI)