



Hausstaubmilben-Sanierung

Liebe Eltern,

Bei Ihrem Kind haben wir eine Hausstaubmilben-Allergie festgestellt. Wir möchten Sie mit diesem Infoblatt informieren, wie Sie die Hausstaubmilben-Belastung möglichst effizient reduzieren können.

Allgemeines

Hausstaubmilben sind mikroskopisch kleine Tiere, die weltweit verbreitet sind. Sie leben hauptsächlich von Hautschuppen, lieben eine Temperatur von 25 – 30 Grad und eine Luftfeuchtigkeit von rund 60%. Besonders viele Milben gibt es daher im Bett, besonders in der Matratze. Die meisten Milben-Allergene finden sich im Milbenkot, der sich mit dem Hausstaub ausbreitet.

Bekämpfung von Hausstaubmilben

Es sollte zur effektiven Milbenbekämpfung vor allem die Luftfeuchtigkeit und die Zufuhr von Nahrung der Milben reduziert werden. Es muss nicht gleich die ganze Wohnung saniert werden. Zunächst kann man sich daher auf die Sanierung des Kinderzimmers beschränken. Im Einzelnen:

Bett:

- Milbenallergendichter Überzug auf eine möglichst neue Matratze (Encasing)
- Bettgestell mit Füßen ohne Bettkasten unter der Matratze (bessere Durchlüftung)
- Bettdecke und Kopfkissen mind. alle 3 Monate waschen, Baumwoll-Bettbezug wöchentlich
- morgens Bettzeug gut auslüften
- im entsprechenden Zimmer müssen alle Betten saniert werden
- Kuscheltiere: Anzahl geringhalten, wöchentlich bei mind. 60 Grad waschen

Schlaf- und Kinderzimmer:

- Gute Durchlüftung: mind. 3x täglich ca. 10 Minuten Stoßlüftung
- ideal sind wischbare Böden, Teppich dagegen schlecht
- bei Teppichboden: lüften Sie während des Saugens gründlich
- Offene Regale sind Staubfänger, sollten also vermieden werden
- Keine Pflanzen im Zimmer (erhöhen Luftfeuchtigkeit)
- Gardinen sind Staubfänger, daher sind diese zu vermeiden

Sonstiges

- ab ca. 1000m Höhe nimmt die Milbenanzahl in unseren Breiten ab. Falls möglich dies bei Urlaub einplanen.
- Milbenabtötende Mittel: sie erreichen nur die absolute Oberfläche. An Matratzen, Polstermöbel wird daher die Milbenkonzentration nur unwesentlich gesenkt. Daher nicht empfehlenswert.

