

Allergie voor huisstofmijt bij kinderen

Inleiding

In deze folder krijgt u informatie over huisstofmijtallergie. Uw arts kan met een bloedonderzoek of huidtest vaststellen of uw kind allergisch is en waarvoor. Het kan zijn dat de allergietest (nog) negatief is maar er al wel klachten zijn. Er wordt dan ook behandeld naar klachten.

Wat zijn huisstofmijten

De huisstofmijt is een, niet voor het blote oog zichtbaar, spinachtig beestje dat in alle huizen voorkomt. Het beestje houdt zich met name op in het huisstof en daaraan dankt het ook zijn naam. Vroeger bleek dat iemand allergisch was voor



huisstof maar men wist niet door welk bestanddeel uit het huisstof de allergie zich ontwikkelde. In de jaren zestig is gebleken dat de uitwerpselen van de huisstofmijt de belangrijkste prikkelende stoffen zijn in het huisstof.

De huisstofmijt voedt zich voornamelijk met huidschilfers van mens en dier. Het beestje leeft het prettigst in een vochtige omgeving waar veel huidschilfers zijn. In vochtige huizen komen veel huisstofmijten voor.

In de zomermaanden wanneer de vochtigheid hoog is neemt hun aantal toe, zodat er in de herfst de meeste mijten zijn. We vinden huisstofmijten vooral in textiele vloerbedekking, matrassen, kussens en gestoffeerd meubilair. Het bed is bij uitstek een goede plaats voor de huisstofmijt. Door normale transpiratie is het daar vochtig. Bovendien is er voldoende voedsel in de vorm van huidschilfers. De huisstofmijten bijten niet en brengen geen ziektes over. Zij veroorzaken alleen problemen bij mensen die een allergie voor huisstofmijt hebben gekregen.

Welke klachten veroorzaakt een huisstofmijtallergie

Door contact met de slijmvliezen van neus, ogen en luchtwegen ontstaan klachten zoals een lopende neus, regelmatig niezen, tranende of jeukende ogen, chronisch hoesten of astma.

Het verband tussen een allergie voor huisstofmijt en eczeem is minder duidelijk. Men vermoedt dat bij patiënten met een gevoelige huid door huisstofmijtallergie de klachten van eczeem kunnen verergeren. Personen met een constitutioneel (of aangeboren) eczeem ontwikkelen vaker dan anderen allergie voor huisstofmijt. Het is voor hen belangrijk om het huis, vooral de slaapkamer, stofarm te houden.

Hoe wordt een huisstofmijtallergie aangetoond

De allergie kan worden aangetoond door een huidpriktest of door bloedafname.

Bij een priktest wordt een druppel met bestanddelen van de huisstofmijt op de huid van de onderarm gelegd. Met een naaldje wordt vervolgens door de druppel heen geprikt. Na 15 minuten kan men zien of de huid gereageerd heeft. Bij een allergie zal een rood bultje ontstaan dat kan jeuken.

Door bloedafname kunnen, bij een allergie voor de huisstofmijt, in het bloed afweerstoffen tegen huisstofmijt worden aangetoond.

Hoe kan de huisstofmijt worden bestreden

Het is belangrijk om de omgeving zo goed als mogelijk huisstofmijtvrij te houden. Hieronder volgen enkele maatregelen die men kan nemen. Er moet vooral aandacht worden besteed aan de slaapkamer, omdat daar een ideaal milieu voor de huisstofmijt aanwezig is (warme vochtige omgeving) en omdat men de meeste tijd in huis in de slaapkamer doorbrengt. Maar ook de rest van het huis is zeker niet onbelangrijk!

- Verwijder vloerbedekking. Het beste zijn gladde en dweilbare vloeren. Een laminaatvloer is niet altijd geschikt, omdat uit laminaat formaldehydegas vrij kan komen. Dit is alleen bij een nieuwe vloer het geval, gedurende een half jaar lang kunnen deze gassen vrij komen.
- Stop speelgoed en boeken zoveel mogelijk in afsluitbare kasten of kunststof boxen.
- Zo min mogelijk knuffelbeesten tenzij er knuffelbeesten aanwezig zijn die wasbaar zijn op 60 graden. Wanneer 60 graden niet haalbaar is, kunt u materialen ook ongeveer een week in de diepvries leggen bij een temperatuur van -20 graden. Daarna kunt u de dode huisstofmijten en de allergenen uitspoelen op elke willekeurige temperatuur.
- Afsluitbare kledingkasten. De kasten zeker niet open laten staan.
- Vervang zo mogelijk met textiel bekleed meubilair door meubels van leer of vinyl.
- Geen rieten of linnen manden gebruiken.
- Gebruik katoenen of synthetische gordijnen, die drie maandelijks gewassen kunnen worden.

- De muren kunnen het beste bedekt worden met afwasbare verf of afwasbaar behang.
- Zorg ervoor dat de wandversiering regelmatig met een vochtige doek gereinigd wordt. Gebruik geen wandversiering (posters) die niet regelmatig met een vochtige doek gereinigd kunnen worden.
- Houd huisdieren buiten en laat ze zeker nooit in de slaapkamer.
- Gebruik geen luchtbevochtigers! Dus ook geen verwarmingsbakjes plaatsen. De relatieve luchtvochtigheid in de kamer onder de 50% houden. (te meten met een hygrometer).
- Zorg voor goede ventilatie en gelijkmatige verwarming (in het stookseizoen) van de ruimten in huis, waardoor de relatieve luchtvochtigheid binnenshuis verminderd en de huisstofmijt hierdoor uitdroogt.

Een belangrijke bron van huisstofmijten is het bed. Daarom moet aan het bed veel aandacht worden besteed.

- Gebruik een matras, dekbed en kussen van synthetisch materiaal.
- Bij gebruik van allergeen werende hoezen één keer per zes maanden/twaalf maanden wassen volgens instructie van de fabrikant.
- Indien u een molton op de matras wenst te gebruiken deze elke zes weken wassen op 60 graden.
- Was het beddengoed, (dekbedhoes, kussensloop, en hoeslaken) wekelijks op 60 graden
- Kies voor een eenvoudig bed dat zo weinig mogelijk stof kan vasthouden en een lattenbodem of een spiraalbodem zodat er lucht onder het matras komt voor ventilatie.

Na uitvoering van bovenstaande maatregelen worden de overlevingskansen van de huisstofmijt al flink beperkt. Daarnaast blijft het nodig om het huis regelmatig schoon te maken en te stofzuigen.

Heeft u nog vragen

Deze folder is bedoeld als aanvulling op de mondelinge informatie. Hierdoor is het mogelijk om alles nog eens na te lezen. Heeft u nog vragen neem dan contact op met de kinderlongverpleegkundige of de behandelend specialist. U kunt deze bereiken via de polikliniek van de kinderartsen.

Bronvermelding:

- Brochure Saneren van het Astmafonds
- Een allergie arm huis, van Peter Howarth

Telefoonnummers en adressen

Polikliniek Kinderartsen
Locatie Deurne
T: 0493 – 32 89 15
Locatie Helmond
T: 0492 – 59 59 55

Locatie Helmond
Wesselmanlaan 25
5707 HA Helmond
T: 0492 – 59 55 55

Locatie Deurne
Dunantweg 16
5751 CB Deurne
T: 0493 – 32 88 88

Locatie Gemert
Julianastraat 2
5421 DB Gemert
T: 0492 – 59 55 55

