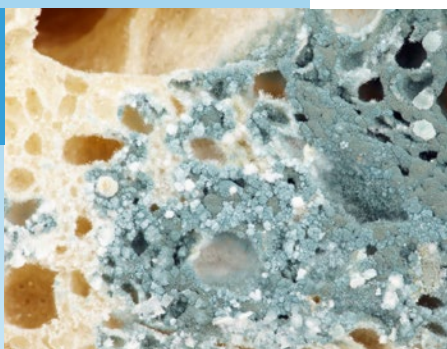


► Allergie-Ratgeber

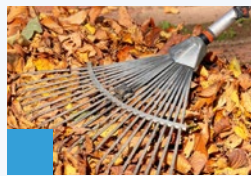
Schimmelpilze



Schimmelpilze: Vom Butterbrot bis zur Biotonne

Ob in Lebensmitteln, Wohnräumen oder im Gartenlaub – Schimmelpilze sind fast überall heimisch. Aber sie zeigen sich nur selten an der Oberfläche. Meist bleiben sie unsichtbar.

Darum ist es für Menschen mit einer Schimmelpilzallergie schwierig, der Gefahr aus dem Weg zu gehen. Doch das Immunsystem der Allergiker reagiert sehr rasch mit einer krankhaften Überreaktion.



Bei Kontakt mit den winzigen Sporen oder kleinen Bruchstücken der Schimmelpilze können heftige Beschwerden im Bereich der Atemwege sowie im Magen- und Darmbereich auftreten.

Die Symptome einer Schimmelpilzallergie

- ▶ Juckreiz in den Augen und in der Nase
- ▶ Niesreiz, tränende Augen und Bindehautentzündung
- ▶ Fließschnupfen
- ▶ Husten und Atemnot
- ▶ Übelkeit und Durchfall

Gut und böse – die zwei Seiten der Schimmelpilze

Grundsätzlich sind Schimmelpilze wichtige Mikroorganismen. Sie sorgen zusammen mit anderen Pilzen und Bakterien für den Abbau organischer Materialien, z. B. von Blättern und Essensresten. Auch als Edelschimmel auf Käse sind sie gern gesehen.

Der Großteil der ca. 130.000 Schimmelpilzarten ist für Menschen jedoch ungenießbar, teilweise sogar gefährlich. Das gilt nicht nur für die als „Schimmel“ bekannten oberflächlichen Auswüchse.



Insbesondere das unter der Oberfläche weit verzweigte Geflecht aus mikroskopisch kleinen Fäden, das so genannte Myzel, ist schon gut ausgebildet, bevor sich der Schimmel an der Oberfläche zeigt.

Daher sollten Sie befallene Lebensmittel stets als Ganzes entsorgen und nicht mehr verzehren.

Wo es feucht ist, lauert die Gefahr!

Egal ob in Innen- oder Außenbereichen: Schimmelpilze gedeihen am besten in einer feuchten Umgebung. Im Innenbereich haben Schimmelpilze das ganze Jahr über Hochsaison, während im Freien die Belastung im Frühjahr und Sommer besonders hoch ist.

Vorkommen in Innenbereichen

- ▶ Feuchte Mauern
- ▶ Feuchte Stellen hinter Tapeten und Fliesen
- ▶ Textilien, Matratzen, Polstermöbel, Teppichböden
- ▶ Luftbefeuchter, Klimaanlage
- ▶ Topfpflanzen, Hydrokulturen
- ▶ Kühlschränke, Lebensmittel, Hausmüll



Vorkommen in Außenbereichen

- ▶ Rasen
- ▶ Kompost
- ▶ Laub
- ▶ Gartenerde
- ▶ Sandkästen



Die Sporen der Schimmelpilze werden über die Luft verbreitet. Da die Zeit des Sporenflugs mit dem Pollenflug

nahezu übereinstimmt, kann eine Schimmelpilzallergie mit einer Pollenallergie verwechselt werden. Bei der Suche nach einem Allergieauslöser wird dieser Aspekt berücksichtigt.

	Alternaria	Aspergillus	Botrytis	Cladosporium	Fusarium	Mucor	Penicillium
Januar		starke Belastung	gelegentliche Belastung		gelegentliche Belastung	gelegentliche Belastung	starke Belastung
Februar		starke Belastung	gelegentliche Belastung		gelegentliche Belastung	gelegentliche Belastung	starke Belastung
März		mäßige Belastung	gelegentliche Belastung		gelegentliche Belastung	gelegentliche Belastung	mäßige Belastung
April	gelegentliche Belastung	gelegentliche Belastung	gelegentliche Belastung		gelegentliche Belastung	gelegentliche Belastung	mäßige Belastung
Mai	gelegentliche Belastung	gelegentliche Belastung	starke Belastung	gelegentliche Belastung	gelegentliche Belastung	gelegentliche Belastung	mäßige Belastung
Juni	mäßige Belastung	gelegentliche Belastung	starke Belastung	mäßige Belastung	starke Belastung	starke Belastung	mäßige Belastung
Juli	starke Belastung	gelegentliche Belastung	starke Belastung	starke Belastung	starke Belastung	starke Belastung	mäßige Belastung
August	starke Belastung	gelegentliche Belastung	starke Belastung	starke Belastung	starke Belastung	starke Belastung	mäßige Belastung
September	mäßige Belastung	gelegentliche Belastung	gelegentliche Belastung	mäßige Belastung	starke Belastung	starke Belastung	mäßige Belastung
Oktober	gelegentliche Belastung	mäßige Belastung	gelegentliche Belastung	gelegentliche Belastung	starke Belastung	starke Belastung	starke Belastung
November		starke Belastung	gelegentliche Belastung	gelegentliche Belastung	gelegentliche Belastung	starke Belastung	starke Belastung
Dezember		starke Belastung	gelegentliche Belastung		gelegentliche Belastung	gelegentliche Belastung	starke Belastung

gelegentliche Belastung
 mäßige Belastung
 starke Belastung

Quelle: www.chemgapedia.de
(FIZ Chemie GmbH, Berlin)

Was tun bei einer Schimmelpilzallergie?

Die Beschwerden lindern

Mit Augen- bzw. Nasentropfen oder Atemsprays können Sie vorübergehend die Beschwerden lindern. Symptomlindernde und entzündungshemmende Medikamente sind allerdings nur eine kurzfristige Lösung. Langfristige Hilfe bietet Ihnen die spezifische Immuntherapie.

Die Toleranz gegenüber Allergieauslösern erhöhen

Die spezifische Immuntherapie ist die einzige Möglichkeit, eine allergische Erkrankung zu heilen. Im Behandlungsverlauf wird Schritt für Schritt die Überreaktion auf ein Normalmaß zurückgeschraubt. Eine so genannte „Hyposensibilisierung“ ist allerdings nur sinnvoll, wenn bekannt ist, auf welches Allergen Sie überreagieren. Ihr Allergologe kann Ihnen sagen, ob in Ihrem speziellen Fall eine Hyposensibilisierung möglich ist.



In jedem Fall ist Ihre Geduld gefragt.

Eine spezifische Immuntherapie ist in der Regel eine langfristige Maßnahme über mindestens 3 Jahre. Ihr Allergologe informiert Sie über den genauen Behandlungsverlauf.

Das ist wichtig! Nehmen Sie auch bei einem Rückgang der Beschwerden auf jeden Fall die weiteren Termine wahr, denn erst nach Abschluss der Behandlung ist ein dauerhafter Erfolg zu erwarten.

Strategien gegen Schimmelpilze

Tipps für den Wohnbereich

- ▶ Lüften Sie regelmäßig.
- ▶ Achten Sie auf Stockflecken hinter Schränken, Kacheln und Holzverkleidungen.
- ▶ Trocknen Sie Ihre Wäsche, wenn möglich, nicht in den Wohnräumen.

- ▶ Vorsicht: Waschmaschinen, Wäschetrockner, Badezimmer und Saunabereiche sind stark schimmelpilzgefährdet.
- ▶ Entsorgen Sie Küchenabfälle, insbesondere Biomüll, so schnell wie möglich.
- ▶ Vermeiden Sie unnötige Lagerzeiten bei Lebensmitteln.
- ▶ Verzichten sie auf Luftbefeuchter.
- ▶ Achten Sie besonders bei Zimmerpflanzen und Hydrokulturen auf Schimmelpilzbefall.
- ▶ Lassen Sie Klimaanlage regelmäßig warten und reinigen.



Schimmelpilzschäden sollten auf keinen Fall mit Essig abgewaschen werden. Durch die Säure des Essigs bildet sich ein optimaler Nährboden für Schimmelpilze!

Tipps für den Aufenthalt im Freien

- ▶ Informieren Sie sich über aktuelle Meldungen zum Sporenflug.
- ▶ Vermeiden Sie bei der Gartenarbeit den intensiven Kontakt mit abgestorbenen Pflanzenteilen und Kompost.
- ▶ Vermeiden Sie anstrengende Tätigkeiten im Freien wenn Nebel, Smog oder erhöhte Ozonkonzentrationen auftreten. Die Beschwerden können sich unter diesen Bedingungen verschlimmern.





LETI

Weitere Informationen für Patienten

LETI Pharma

Hausadresse:

LETI Pharma GmbH

Gutenbergstraße 10

85737 Ismaning

Tel.: (0 89) 121 400-0

Fax: (0 89) 121 400-299

Customer Service:

Tel.: (0 2302) 202 86-0

Fax: (0 2302) 202 86-20

info-allergie@leti.de

www.allergie.leti.de