

ALLERGISCH
GEGEN
SCHIMMELPILZE?



STALLERGENES

Ihre Allergie kennen

Definition

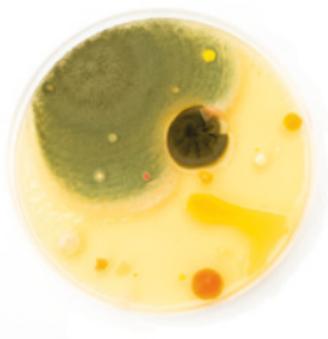
Schimmel besteht aus mikroskopisch kleinen Pilzen, die überall in unserer Umwelt vorkommen.

Sie siedeln sich auf ganz unterschiedlichen Materialien an (Papier, Holz, Leder) und bevorzugen feuchte, wenig belüftete Räume bei Temperaturen zwischen 15 und 30°C (Bäder, Küchen, Keller). Schimmelpilze findet man auch auf einigen Nahrungsmitteln wie Brot, Käse, aber auch auf Früchten und Gemüse. Feuchte Umgebungen, Seen, Wälder oder auch Flüsse begünstigen ihre Entwicklung.

Grundsätzlich stellen Schimmelpilze, die häufig in geringen Mengen und als verschiedenfarbige Flecke auftreten, kein Problem für die Gesundheit dar. Sie pflanzen sich fort, indem sie Sporen in die Atmosphäre abgeben, die sich dann in der Luft verteilen. Das Einatmen dieser Sporen kann allergische Symptome auslösen.

Die meist verbreiteten Schimmelpilze mit allergener Wirkung sind:

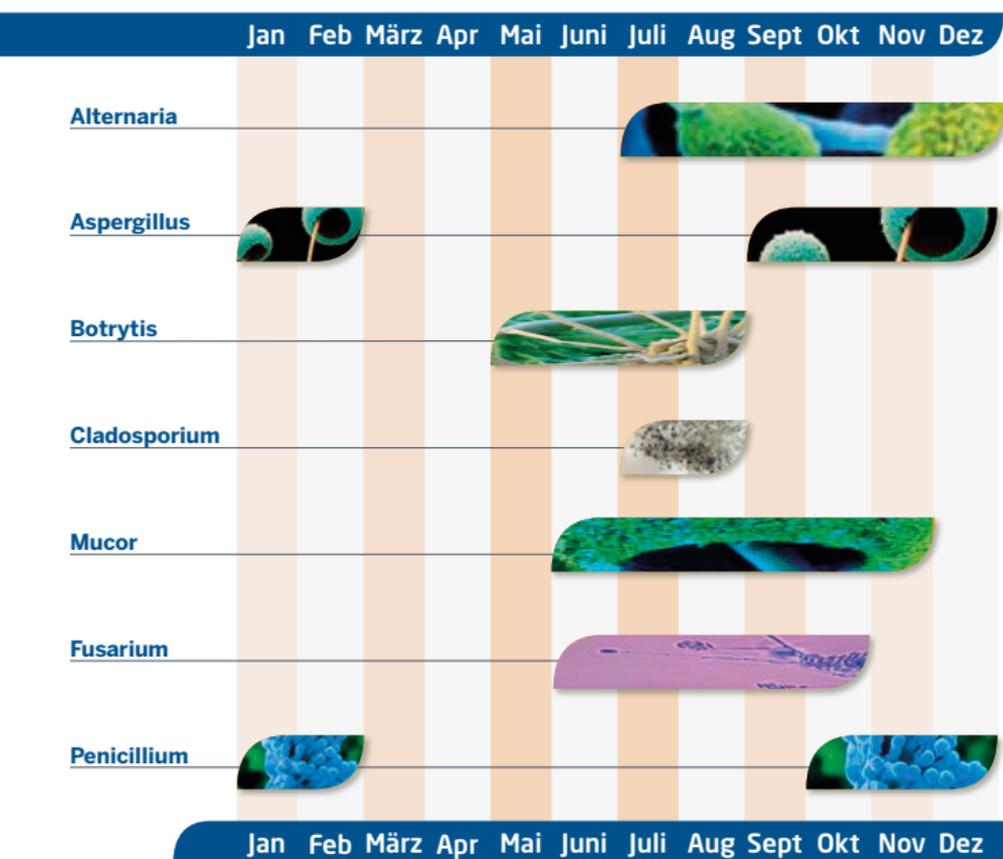
- *Alternaria alternata*
- *Aspergillus nidulans*
- *Cladosporium cladosporioides*



Wann leidet man am meisten unter Schimmelpilzallergien?

Schimmelpilzallergien sind perennial, das heißt sie treten ganzjährig auf, da Schimmelpilzsporen das ganze Jahr über in der Luft vorhanden sind.

Während der Sporulation* können die allergischen Reaktionen allerdings stärker ausfallen. Mithilfe eines Sporenflugkalenders kann man in Erfahrung bringen, zu welchem Zeitpunkt mit einer Schimmelpilzallergie zu rechnen ist.



* Sporulation: Sporenbildung. Die Sporulation entspricht der Pollenbildung bei Blüten.

Ihre Allergie kennen

Allergie gegen Schimmelpilze

Ca. 6% der Bevölkerung in Europa sind gegen Schimmelpilze allergisch*

1. Definition

Als Allergie bezeichnet man eine abnormale und überschießende Abwehrreaktion des Immunsystems nach Kontakt mit einem Fremdstoff – dem Allergen.

Dieses Allergen, das im Normalfall völlig harmlos ist, kann allerdings für sensibilisierte Personen gefährlich sein, denn bei ihnen verursacht das Allergen eine allergische Reaktion.

Eine Allergie entwickelt sich in 2 Abschnitten

- Zuerst wird die Substanz vom Immunsystem als „Fremdkörper“ identifiziert. Dabei produziert das Immunsystem bestimmte Antikörper – eine natürliche „Abwehrmaßnahme“.
- Reagiert das Immunsystem aber „überempfindlich“, kommt es bei erneutem Kontakt mit dieser Substanz zu einer allergischen Reaktion.

*Quelle: Bauchau et al, ERJ 2004

2. Die Symptome



Die ganzjährig auftretende allergische Rhinitis (Schnupfen) tritt als Reaktion gegen Schimmelpilze auf, wenn diese mit Nase und Augen in Kontakt kommen.

Symptome für eine perenniale Rhinitis, die unter Umständen plötzlich und mit Heftigkeit auftreten können, sind:

- wässriger Ausfluss aus der Nase
- verstopfte Nase
- salvenartige Niesanfälle
- Juckreiz in Nase und/oder Rachen
- häufig auch eine Bindehautentzündung, die sich durch Tränenfluss, Rötungen und Augenbrennen äußert

Eine unbehandelte allergische Rhinitis kann sich verschlimmern und gegebenenfalls sogar zu allergischem Asthma führen (Etagenwechsel). Bei einem Etagenwechsel breiten sich die allergischen Beschwerden von den oberen Atemwegen auf die Bronchien aus.

Die Symptome für ein zusätzlich auftretendes allergisches Asthma sind:

- Atembeschwerden mit Beklemmungsgefühl im Brustkorb
- trockener Husten
- pfeifende Atmung

3. Lebensqualität

Eine Schimmelpilzallergie ist eine sehr belastende Krankheit und kann durch Schlafstörungen und Dauermüdigkeit zu erheblichen Einschränkungen in Schule, Beruf und Freizeit führen.

Ihre Allergie kennen

Wo findet man Schimmelpilze?



Alternaria

Pflanzen, organische Abfälle, Lebensmittel, Tapeten



Aspergillus

Pappe, Leder, Papier, Lebensmittel, Textilien, Böden, Pflanzen



Botrytis

Früchte, Gemüse, Blumen oder verwelkte Pflanzen, feuchte Wohnung oder Haus

Schon gewusst?

Der Grauschimmelpilz Botrytis wird in der Weinbaukultur auch Edelfäule genannt, weil er zur Herstellung großer Süßweine verwendet wird.



Helminthosporium

Pflanzen, Böden,
Getreide



Mucor

Früchte, Brot, Heu, Holz,
feuchte Wohnung oder Haus



Penicillium

Lebensmittel, im Zersetzungs-
prozess befindliche organische
Stoffe, Kompost, Samenkörner,
Getreide, Böden



Cladosporium

Schwärzepilz, Innen- und
Außenbereich, Mauerwerk
und Einrichtungsgegenstände

Was können Sie gegen Ihre Allergie tun?

Vermeiden Sie ...

Die Vermeidung von Schimmelpilzen ist der erste natürliche und notwendige Schritt bei der Behandlung einer Schimmelpilzallergie. Personen, die allergisch auf Schimmelpilze reagieren, sollten ihnen nicht ausgesetzt werden. Das ist allerdings nicht immer einfach, da sich Schimmelpilze oft an nicht sichtbaren Stellen ansiedeln.

Einige Vorsichtsmaßnahmen

- Wohnung oder Haus gut durch- und belüften
- Früchte und Gemüse vor Verzehr waschen
- Lebensmittel mit ersten Schimmelspuren sofort entsorgen
- Teppiche, Tapeten und Vorhänge, die schwer zu reinigen sind, vermeiden

Zusätzliche Vorsichtsmaßnahmen:

- Schimmelpilze wachsen überall dort, wo es feucht ist. Schimmelpilzallergie kann daher durch die Reduzierung der Feuchtigkeitsquellen in Haus oder Wohnung kontrolliert werden.
- Personen, die allergisch auf die Schimmelpilze reagieren, müssen darauf achten, dass dunkle, schlecht belüftete und feuchte Räume, wie etwa Dachböden, Keller, Bad und Küche in regelmäßigen Abständen geputzt werden.
- Luftfilter und Luftentfeuchter in Haus oder Wohnung können dazu beitragen, das Wachstum von Schimmelpilzen zu verringern.



Symptome lindern

In Zeiten mit allergischen Symptomen kann die sogenannte „symptomatische“ Behandlung Linderung verschaffen. Die entsprechenden Medikamente werden entweder lokal oder oral angewendet.

Diese Behandlung mildert zwar die Symptome und unterdrückt die allergische Reaktion, behandelt die Allergie selbst jedoch nicht.

Beispiele für „symptomatische“ Behandlung:
Antihistaminika, Kortikoide.



**Jetzt als APP gratis
downloaden!**



Allergy Track

Allergy Track hilft Ihnen, mit Ihrer Allergie besser umzugehen. Ideal, wenn Sie Ihre Allergie-Symptome überwachen und Ihre Leistungsfähigkeit ermitteln wollen.



Pollen-App

Die Pollen-App bietet Ihnen aktuelle Werte für ganz Österreich und Deutschland und nützliche Informationen rund um das Thema Pollenallergie für unterwegs.

Allergy Track können Sie im App Store und auf Google Play herunterladen.

Was können Sie gegen Ihre Allergie tun?

Laut WHO (Weltgesundheitsorganisation) ist die Hypo-sensibilisierung (spezifische Immuntherapie) die einzige Behandlungsmethode, die eine tatsächliche Verbesserung von Allergien in Aussicht stellt, weil sie an der Ursache der Erkrankung ansetzt.

Diagnose

Bei Verdacht auf eine Allergie steht am Anfang einer Diagnose das Gespräch mit dem Arzt. Die detaillierte Krankheitsgeschichte des Patienten liefert bereits Hinweise auf eine mögliche Allergie.

Spezifische Immuntherapie/ Hyposensibilisierung

Bei einer Hyposensibilisierung wird dem Körper das Allergen in allmählich ansteigender Dosis zugeführt. Dadurch lernt das Immunsystem, dass das Allergen keine Gefahr darstellt. Damit der Erfolg sich aber dauerhaft einstellen kann, dauert die Therapie zwischen 3 und 5 Jahren.

Die Hyposensibilisierung wird in zwei Phasen unterteilt:

1. Einleitungsbehandlung: Dem Patienten wird schrittweise eine zunehmend höhere Allergendosis verabreicht, um den Körper an die Behandlung zu gewöhnen.
2. Fortsetzungsbehandlung: 3 bis 5 Jahre

Informationen zu Allergien finden Sie auf
www.stallergenes.at, www.stallergenes.ch
www.aha.ch, www.allergie-frei-leben.at
www.lungenunion.at, www.allergenvermeidung.org
www.plattform-immuntherapie.at



Bei einer Hyposensibilisierung gibt es zwei Behandlungsmöglichkeiten:

Subkutan

Dabei werden die Allergene in einer Lösung vom Arzt unter die Haut gespritzt (findet in der Arztpraxis statt).

Sublingual*

Das Allergen wird in Tropfenform einmal pro Tag morgens eingenommen. Die Tropfen werden unter der Zunge platziert und nach 1 bis 2 Minuten geschluckt. Sie können selbstständig zu Hause eingenommen werden.

Hyposensibilisierung – vier grundlegende Vorteile bringen die Lebensqualität zurück:

1. deutliche Reduktion der Symptome
2. Reduktion symptomatischer Begleitbehandlungen gegen die Allergie
3. Risikoreduktion der Sensibilisierung gegen andere Allergene
4. Risikoverringering der Weiterentwicklung zu Asthma

Der Schlüssel zum Erfolg:

1. frühzeitige Behandlung
2. regelmäßige Einnahme

Lassen Sie sich von Ihrem Facharzt beraten!

*Dieses Allergen ist sublingual in der Schweiz nicht verfügbar.

STALLERGENES Österreich GmbH
Mariahilfer Straße 103/15-16
1060 Wien, Austria

T: +43 (0) 1 533 74 74 0
F: +43 (0) 1 533 74 74 40
E: office@stallergenes.at

www.stallergenes.at
www.allergie-frei-leben.at

STALLERGENES AG
Aegertstrasse 11
CH-8305 Dietlikon

T: +41 43 255 70 40
F: +41 43 255 70 49
E: info@stallergenes.ch

www.stallergenes.ch

Unsere Partner:

