

Schimmelpilzallergie

Eine Information für Patienten



Schimmelpilzallergie

Eine Allergie ist eine Erkrankung, die sich als übersteigerte Abwehrreaktion des Körpers auf Allergene zeigt. Eine Schimmelpilzallergie wird durch die Sporen oder die Pilzfäden (Myzel) der Schimmelpilze verursacht. Diese gelangen über die Atemwege, durch pilzbelastete Nahrungsmittel oder durch den Kontakt mit der Haut in den Körper und können folgende Krankheitserscheinungen auslösen:

Nase:	Niesreiz, Schnupfen, Schleimhautschwellung (verstopfte Nase, Atembeklemmung) = Rhinitis
Augen:	Juckreiz, Rötung, Tränen, Schwellungen = Konjunktivitis
Atemwege:	Husten, Verschleimung = Bronchitis, akute Atemnot, Asthma
Haut:	Juckreiz, Ausschlag (Ekzem, Nesselfieber, Neurodermitis)
Magen-Darm:	Blähungen, Übelkeit, Durchfall, Erbrechen und Bauchschmerzen
Kopf:	Migräne

Der Verdacht auf das Vorliegen einer Schimmelpilzallergie basiert entscheidend auf der Krankheitsvorgeschichte. Die Pilzsporen treten sowohl als „Innenraum-Allergene“ als auch als „Außen-Allergene“ auf. Als „Innenraum-Allergene“ kommen Schimmelpilze vor allem in feuchten, warmen und schlecht belüfteten Räumen, feuchten Kellern, Bädern, feuchtkalten Außenwänden, Tapeten, Schrank- und Bilderrückwänden, Teppichböden, Luftbefeuchtern, Klimaanlage, Topfpflanzen, Hydrokulturen, Eisschränken und im Hausmüll vor. Zudem befallen einige Schimmelpilze häufig Nahrungsmittel, wie z.B. Brot und andere Backwaren, Gemüse, Obst, Käse. Schimmelpilzenzyme werden auch in der Industrie zur Veredelung von Lebensmitteln verwendet.

Als „Außen-Allergene“ schweben die Pilzsporen meist zusammen mit den Pollen weit durch die Luft. Sie finden sich zudem vor allem in Rasen, Kompost, Laub oder Dung, in der Erde oder an Getreide. Liegen eine oder mehrere der genannten Belastungen vor, wird nach detaillierter Aufzeichnung der Krankheitserscheinungen der Verdacht auf das Vorliegen einer Schimmelpilzallergie durch Haut-, Blut- und Reiztestungen (Provokation) überprüft.

Maßnahmen zur Vermeidung bzw. Behandlung einer Schimmelpilzallergie:

1. Folgende Sanierungsmassnahmen empfehlen sich bei einem Schimmelpilzbefall im Haus:

- Die relative Luftfeuchtigkeit in der Wohnung sollte 60% nicht überschreiten.
- Die Räume genügend heizen.
- Entfernen Sie bei Schimmelpilzbefall diesen gründlich. Oft hilft nur der Einsatz von Fachleuten.
- Durchlüften Sie die Räume regelmäßig. Allerdings gewährleisten dauerhaft gekippte Fenster keinen guten Luftaustausch sondern führen zu Energieverschwendung. Besser ist ein Stoßlüften (2 – 4 mal täglich), damit die feuchte Innenraumluft durch Frischluft ersetzt wird.
- Badezimmer sollten nach dem Baden/Duschen durch ein Fenster oder einen Ablüfter nach außen belüftet und getrocknet werden. Halten Sie die Badezimmertür während des Badens geschlossen, damit sich der Wasserdampf nicht in der ganzen Wohnung verteilt.
- Trocknen Sie die Wäsche nie in der Wohnung.
- Verzichten Sie auf Klimaanlage und Luftbefeuchter.

- Entfernen Sie Topfpflanzen. Hydrokulturen sollten regelmäßig auf Schimmelpilzbefall geprüft werden, sie sind aber seltener betroffen.
- Leeren Sie den Hausmüll regelmäßig.
- Biomüll nie in der Wohnung lagern. Hier befinden sich meist besonders viele Schimmelpilze.

2. Umgang mit Nahrungsmitteln bei einer Schimmelpilzallergie:

- Vernichten Sie von Schimmelpilzen befallene Nahrungsmittel sofort und vollständig! Es reicht nicht, die verpilzten Stellen wegzuschneiden.
- Schälen Sie Obst und Gemüse.
- Reinigen Sie den Kühlschrank regelmäßig.

3. Empfehlung für den Aufenthalt im Freien und für die Zeit während des Sporenflugs der Schimmelpilze:

- Achten Sie auf die Informationen des Pollenflugdienstes. Informieren Sie sich über die Sporenflugzeit der Schimmelpilze, auf die Sie allergisch reagieren. Entsprechende Hinweise zu den wichtigsten Schimmelpilzen finden Sie auf der Rückseite der Broschüre.
- Meiden Sie Gartenarbeit und den Umgang mit Kompost.
- Meiden Sie Reizstoffe wie Nebel oder Auto- und Industrieabgase (Smog). Diese können Ihre Beschwerden verstärken.



4. Allergiker sollten auf das Rauchen verzichten.

5. Behandlung der Beschwerden (symptomatische Therapie):

Je nach Lokalisation, Form und Ausmaß der Beschwerden Anwendung entsprechender anti-allergischer Medikamente (z.B. Antihistaminika, Kortikoide) als akute Sofortmaßnahme. Hierdurch wird eine Beseitigung, Linderung, Unterdrückung der allergiebedingten Beschwerden aber nur für die Dauer der Anwendung erreicht.

6. Immunbehandlung durch Hyposensibilisierung:

- Ziel der Hyposensibilisierung ist es, durch regelmäßige Verabreichung der allergieauslösenden Stoffe eine körpereigene Toleranz gegenüber den Allergenen aufzubauen.
- Diese Behandlung nimmt als einzige Methode Einfluß auf Ihr verändertes Immunsystem und setzt somit an der Ursache der Erkrankung an. Sie bewirkt eine Rückbildung/Minderung der Krankheitserscheinungen.
- Je früher deshalb die Hyposensibilisierung im Krankheitsverlauf eingesetzt wird, desto größer ist die Chance, Ihre Allergie ganz zu verlieren.
- Die Behandlung wird mit speziell auf die krankmachenden Allergene abgestimmten Präparaten (in Form von Spritzen oder Tropfen) durchgeführt. Behandlungsdauer: fortlaufend mind. 3 Jahre.



Weitere Informationen erhältlich bei Allergopharma Joachim Ganzer KG,
D-21462 Reinbek bei Hamburg, Telefon +49 40 72765-0, Telefax +49 40 7227713
oder im Internet: www.allergie-forum.de

Vertrieb Österreich: Allergopharma Vertriebsges. mbH, A-1230 Wien, Telefon +43 1 61571540

Vertrieb Schweiz: Allergopharma AG, CH-4106 Therwil, Telefon +41 61 7218866

Vorkommen der wichtigsten allergieauslösenden Schimmelpilze:

Alle genannten Schimmelpilze kommen im Innenraum ganzjährig vor.

	Vorkommen im Freien	Vorkommen im Innenraum
Alternaria	weltweit; an Getreide, Gräsern, Pflanzen; im Boden; an verfaulem Holz; Sporenflug: Juni bis Oktober	Hausstaub; Abfall; Kompost; feuchte Häuser; Klimaanlage; Textilien; Nahrungsmittel
Aspergillus	weltweit; im Boden; auf verrottendem Pflanzenmaterial; Kompostieranlagen; Sporenflug: April bis Oktober	Hausstaub; Abfall; Kompost; feuchte Häuser; Blumenerde; Vogelkäfige; Nahrungsmittel
Cladosporium	weltweit; an Gräsern, Blättern; bei gutem Wetter besonders stark; an absterbenden Pflanzen; im Boden; Sporenflug: Mai bis Oktober	Hausstaub; Abfall; Kompost; feuchte Häuser; Klimaanlage; Nahrungsmittel
Penicillium	weltweit; im Boden; im Heu; an verfaulem Pflanzenmaterial; Sporenflug: April bis September	Hausstaub; Abfall; Kompost; feuchte Häuser; Nahrungsmittel (vor allem Obst, Brot)
Phoma	weltweit; im Boden; an absterbenden Pflanzen	Obst; Gemüse; vor allem an feuchten Wänden
Botrytis	weltweit; an Pflanzen; im Boden; primär in feuchten Regionen; oft an Weintrauben und Erdbeeren; Sporenflug: Mai bis August	Sauna; feuchte Häuser; Obst; Gemüse
Rhizopus	weltweit; meist in wärmeren Regionen; Saatgut; in der Luft; auf frischen und absterbenden Blättern; Vogelnester	Gemüse; Obst; Brot; Nüsse; oft in Kindersandkästen; Hausstaub