

Huisstofmijtallergie

Wat is...

De huisstofmijt is een klein diertje, dat niet met het blote oog zichtbaar is. Het behoort tot de spinachtigen. De huisstofmijt voedt zich voornamelijk met menselijke huidschilfers. Zij bijten niet en brengen geen ziektes over. Zij veroorzaken alleen problemen bij mensen, die een allergie voor de huisstofmijt hebben (gekregen).

Hoe wordt een huisstofmijtallergie aangetoond?

Priktest

Er 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.

Bloedtest

Bij een allergie voor huisstofmijt kunnen in het bloed afweerstoffen tegen huisstofmijt aangetoond worden.

Hoe kan de huisstofmijt bestreden worden?

Het is belangrijk om de omgeving zo goed als mogelijk huisstofmijt vrij 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 mensen de meeste tijd in huis in de slaapkamer doorbrengen.

- Liefst geen vast tapijt. Indien dit niet mogelijk is, moet voor een laagpolig tapijt worden gekozen. Het beste zijn gladde en dweilbare vloeren.
- Geen huisdieren, boeken, speelgoed of knuffeldieren (tenzij een knuffeldier, wasbaar op 60°) in de slaapkamer.
- Zo mogelijk geen kledingkasten op de slaapkamer. Indien dit niet haalbaar is moeten de kasten zo min mogelijk open en dicht gaan. De kasten zeker niet open laten staan.
- Liever geen stoelen met een gevoerde zitting.
- Geen linnen manden gebruiken. Zeker niet in de slaapkamer.
- Gebruik katoenen of synthetische gordijnen, die om de drie maanden gewassen kunnen worden.
- De muren kunnen het beste bedekt worden met afwasbare verf of afwasbaar behang. Vermijdt ruw stucwerk.
- 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.

- Gebruik geen luchtbevochtigers.
- De relatieve vochtigheid in de kamer onder de 50% houden.

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

- Gebruik een matras van synthetisch materiaal (bijv. synthetisch schuimrubber). Gebruik geen latex of springveer matras.
- Gebruik een anti-allergische matrashoes dat ondoordringbaar is voor huisstofmijten.
- Gebruik een molton dat boven de matrashoes wordt geplaatst en dat maandelijks gewassen kan worden op 90°.
- Het kussen moet volledig van synthetisch materiaal zijn. Het kussen moet iedere drie maanden op meer dan 60°C gewassen worden.
- De lakens moeten wekelijks verschoond worden. De lakens op 60°C wassen.
- Gebruik een vering van metaal of houten latten.

Zijn er behandelingsmogelijkheden?

Bij een allergie voor huisstofmijt kunnen de volgende behandelingsvormen uitkomst bieden:

Geneesmiddelen

De geneesmiddelen die men hiervoor gebruikt zijn antihistaminica. Het betreft anti-allergische geneesmiddelen die alleen de allergische reactie onderdrukken, maar de oorzaak niet bestrijden.

Hyposensibilisatiekuur

Wekelijks, later in de kuur maandelijks, worden onderhuidse injecties met bestanddelen van de huisstofmijt toegediend. Bij de meeste personen verdwijnt na een behandeling van 3 tot 5 jaar de allergie. Dit gebeurt niet bij iedereen! Sinds kort zijn er ook druppels met bestanddelen van de huisstofmijt. Door het aanbrengen van druppels onder de tong wordt geprobeerd om de allergie te laten verdwijnen. Ook deze behandeling duurt 3 tot 5 jaar.

Symptomen

Door contact met de slijmvliezen van de 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 erg gevoelige huid de huisstofmijtallergie een negatieve invloed op het eczeem kan uitoefenen. Personen met een constitutioneel (of aangeboren) eczeem krijgen vaker dan anderen allergie voor huisstofmijt. Het is voor hen belangrijk om het huis, vooral de slaapkamer, stofvrij te houden.