

# Milben nehmen die Luft

Hals, Nase, Ohren: Schildern Sie uns Ihr Problem, Experten beraten Sie

**RECKLINGHAUSEN.** (greis/komm-public) Sie fragen sich, warum Ihre Ohren sausen, Ihr Auge tränt, oder die Nase andauernd läuft. Für einen Arztbesuch erscheinen Ihnen ihre Beschwerden noch zu geringfügig. Nun haben Sie die Möglichkeit, erst einmal unverbindlich bei einem HNO-Experten aus dem Vest nachzufragen, was wohl los sein könnte. In Zusammenarbeit mit dem HNOet NRW beantworten wir Ihre Fragen. Natürlich ersetzt das keineswegs eine persönliche Behandlung beim Arzt Ihres Vertrauens.

Lisa F.: Etwa 10 bis 20 Minuten nachdem ich zu Bett gehe, schwellen meine Nasen- und Rachenschleimhäute an und ich kann nicht mehr durch die Nase atmen. Morgens läuft mir Sekret in den Rachenraum und die Beschwerden ver-

schwinden. Teils tritt das kaum auf, dann aber wieder verstärkt. Erkältungszeichen habe ich jedoch nicht. Was könnte die Ursache sein und wie kann ich Abhilfe schaffen?

Dr. Ludger Heinz Doerr, Facharzt für Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde aus Recklinghausen und Mitglied im HNOet NRW:

„Hierbei scheint es sich um Anzeichen einer Allergie zu handeln, insbesondere wenn weitere Symptome wie eine verstopfte Nase, Niesattacken und Juckreiz auftreten. Manche plagen sich fast das gesamte Jahr mit allergischen Reaktionen, daher spricht ein anderer Zeitpunkt beim Auftreten der Symptome als zur Pollenflugzeit im Frühjahr nicht zwangsläufig gegen eine Allergie. Auslöser für Heuschnupfen ist der Blütenstaub von Bäumen, Sträuchern, Gräsern und Getreide. Im August sind es beispielsweise die Pollen der Beifußambrosie.

Wenn sie über die Atemwege in den Körper gelangen, reagiert das Immunsystem so, als würde es sich um einen Krankheitserreger handeln. Häufig ist bei Pollenallergikern, dass sich Pollen in den Haaren festsetzen und Betroffene im Bett stark belasten. Betroffene sollten sich vor dem zu Bett gehen die Haare waschen, um dies zu vermeiden.

Die von Ihnen beschriebenen Symptome könnten auch auf eine Hausstaubmilbenal-



Dr. Ludger Heinz Doerr, Facharzt für HNO aus Recklinghausen.

lergie hindeuten. Diese Beschwerden werden typischerweise nachts oder morgens nach dem Aufwachen sowie

## Eiweißhaltige Kotballen

beim Bettenmachen stärker. Obwohl die häufigsten Beschwerden bei feuchter und warmer Witterung auftreten – also gegen Ende oder zu Beginn der Heizperiode – sind die Symptome das ganze Jahr über zu beobachten. Die Hausstaubmilbenallergie ist eine Überempfindlichkeit gegen die winzigen, eiweißhaltigen Kotballen der Milben. Beim Ausschütteln der Bettdecke oder durch einen Luftzug

wie zum Beispiel beim Staubsaugen gelangen diese in die Atemwege und können allergische Reaktionen hervorrufen.

Im Gegensatz zu Pollen sind Hausstaubmilben das ganze Jahr über vorhanden und die Beschwerden treten daher ganzjährig auf. Vorbeugend gegen Hausstaubmilbenallergie gilt es zu beachten, dass die Bettwäsche bei mindestens 60 Grad gewaschen wird, sodass Milben vollständig entfernt werden. Matratze und Bettzeug sollten zudem mit milbenundurchlässigen Bezügen versehen sein.

Wenn sich die Symptome verstärken, können Sie bei Ihrem HNO-Arzt eine Hyposensibilisierungs-Therapie durchführen lassen. Bei dieser Behandlung wird Ihnen über einen Zeitraum von mindestens drei Jahren das abgeschwächte Allergen in langsam steigenden Dosen unter die Haut gespritzt.

So kann sich der betroffene Körper an das Allergen gewöhnen und die allergischen Beschwerden verschwinden. Eine Hyposensibilisierungstherapie führt bei etwa 90 Prozent der Allergiker zum Erfolg und kann bis zu zehn Jahren wirken. Das Besondere hierbei: Es handelt sich um die einzige Behandlungsmethode, welche die Ursachen therapiert und somit das Risiko, zusätzlich an einem allergischen Asthma zu erkranken, verringert.“



**Wir haben ein Ohr für Sie**

Heute: Atemprobleme ohne Erkältung