

## Patiënten informatie huisstofmijtallergie

---

### Inleiding

In deze folder vindt u informatie over huisstofmijtallergie en de meest gebruikelijke behandelingsmogelijkheden. Het kan zijn dat uw situatie anders is dan in deze folder wordt beschreven. Mocht u na het lezen van deze folder nog vragen hebben, dan kunt u contact met ons opnemen.

### Huisstofmijtallergie:

Huisstofmijten zijn heel kleine, spinachtige diertjes, die onzichtbaar zijn voor het menselijk oog. Ze leven in stof. Bij huisstofmijtallergie reageert het afweersysteem van het lichaam overmatig op uitwerpselen of deeltjes van huisstofmijten. Bij iedere allergische aanval komen in de luchtwegen stoffen vrij die daar een ontstekingsreactie veroorzaken. Door deze ontsteking neemt de overgevoeligheid voor huisstof weer toe, zodat iedere aanval erger wordt. Gevolg is dat de aanvallen steeds vaker optreden en in heftigheid toenemen. Sommige patiënten zijn op den duur niet alleen overgevoelig voor huisstof maar ook voor andere zaken, zoals sigarettenrook en temperatuurwisselingen. De behandeling is dan ook gericht op het voorkomen van zo'n allergische aanval.

### Oorzaak van huisstofmijtallergie

Een allergie voor huisstofmijten uit zich vaak in neusklachten, zoals snotteren, jeukende neus en niezen. Deze klachten worden veroorzaakt en verergerd door inademing van deeltjes huisstof. Deze stofdeeltjes zijn op zichzelf niet schadelijk, maar bevatten (onderdelen van) huisstofmijten waarop slijmvliezen reageren.

### Wat kunt u doen aan uw allergie?

U kunt uw klachten zoveel mogelijk verminderen door de volgende maatregelen te nemen:

- Gebruik synthetische kussens of een kussensloop van zogenaamd hypoallergeen materiaal in plaats van kapok of veren.
- Gebruik zoveel mogelijk synthetische lakens, dekens en dekbedden. Of gebruik een dekbedovertrek van hypoallergeen materiaal.
- Gebruik matrassen met synthetische vulling, die vaak gewassen of nat afgenomen kunnen worden.
- Kies voor een gladde vloerbedekking zoals parket, plavuizen of linoleum. Vermijd tapijten, wollen vloerbedekking en gordijnen in uw slaapkamer en woonkamer.
- Neem meubilair en dergelijke dagelijks af met een vochtige doek.
- Stofzuig tenminste eenmaal per week de bedden grondig.
- Schud of klop uw dekens buiten uit.
- Verschoon uw bedden goed vaak.
- Lucht uw bedden goed dagelijks in de buitenlucht.
- Gebruik de droogste slaapkamer in uw huis. Plaats uw bed zo ver mogelijk van (vochtige) buitenmuren. Voorkom een te hoge vochtigheidsgraad in uw huis. Repareer iedere bron van vocht in uw huis, zoals lekke leidingen, kapotte muren of daken en verstopte ontluchtingssystemen.
- Laat geen huisdieren op de slaapkamer toe. Nog beter is het om helemaal geen huisdieren te houden.

### Wat kan de arts doen aan uw allergie?

Om een aanval te voorkomen kan uw arts medicijnen voorschrijven. Dit kunnen medicijnen zijn die de klachten onderdrukken. De allergie zelf wordt hiermee niet genezen. Deze medicijnen zijn er in tabletvorm, maar ook als neussprays en oogdruppels. De arts kan u ook medicijnen voorschrijven die de allergie kunnen genezen. Hierdoor heeft u op den duur medicijnen niet of nauwelijks meer nodig. U neemt deze medicijnen in door te druppelen onder uw tong. Een dergelijke kuur vermindert de

reactie van het lichaam op huisstofmijten. Uw lichaam went aan de huisstofmijt omdat u een kleine hoeveelheid krijgt toegediend. Voor een maximaal effect moet u een aantal jaren met de kuur doorgaan.

### **Vragen**

Wij hopen u met deze folder voldoende te hebben geïnformeerd. Heeft u nog vragen? Stel ze dan gerust aan uw KNO-arts.



---

Annadal Kliniek  
Brouwersweg 100 C02  
6216 EG Maastricht

T. 043 - 347 99 44  
F. 043 - 347 30 70

[www.annadal-kliniek.nl](http://www.annadal-kliniek.nl)  
[info@annadal-kliniek.nl](mailto:info@annadal-kliniek.nl)

*Publicatiedatum 12-10-2020  
eQuse 00178*