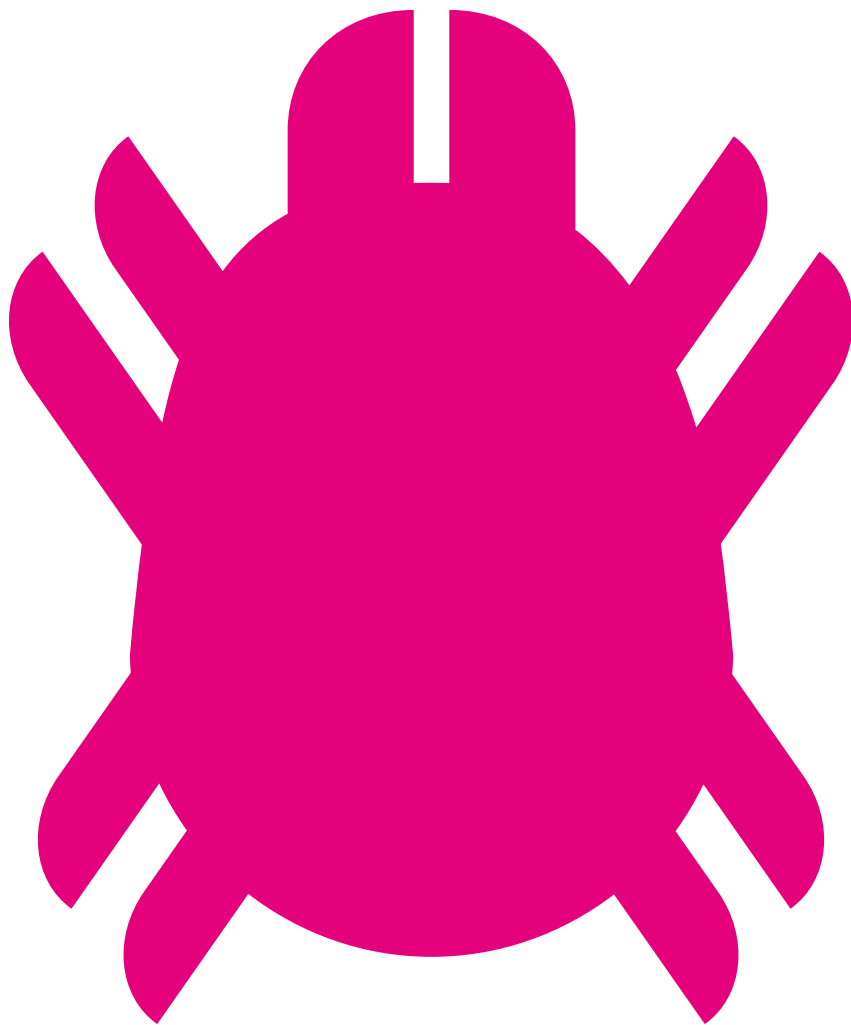


# MILBEN- ALLERGIE



## **TYPISCH ALLERGIE**

Woher sie kommt und wie man sie loswerden kann.

# ALLERGISCH AUF MILBEN?

Immer mehr Menschen zeigen eine Überreaktion auf harmlose Dinge, die eigentlich keine Körperabwehr auslösen sollten, wie Pollen, Tierhaare oder eben Hausstaubmilben. Familiäre Veranlagung, aber auch der persönliche Lebenswandel (z. B. Rauchen, Ernährung) und die zunehmende Umweltverschmutzung (z. B. durch Feinstaub) spielen dabei eine wichtige Rolle.

## Typisch Milbenallergie:



Niesreiz und  
verstopfte Nase



Husten oder  
Atemnot



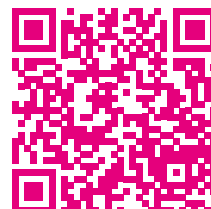
Tränende Augen



Hautausschlag



Bei Verdacht auf eine Allergie oder bei neuen Symptomen machen Sie einen Allergie-Test in einer spezialisierten Praxis mit dem DAAB-Allergie-Wegweiser.



# TSCHÜSS QUÄLGEISTER. HALLO LEBENS- QUALITÄT.

Milben ernähren sich von Hautschuppen. Kein Wunder, dass vor allem im Schlafzimmer Millionen der Winzlinge zu finden sind.



## Räume kühl und trocken halten

Vor allem im Schlafzimmer regelmäßig lüften und die Luftfeuchtigkeit gering halten.



## Saugen plus nass durchwischen

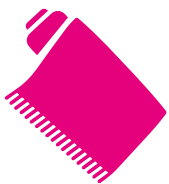
Böden und Möbel regelmäßig feucht reinigen.



## Regelmäßig waschen

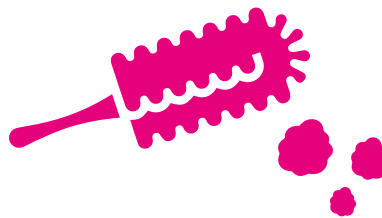
Wenn möglich, Kleidung und andere Textilien bei 60 °C, Bettwäsche bei 95 °C waschen. Kuscheltiere o.Ä. können 24 h ins Gefrierfach gelegt werden.

**Die Taktik für Allergiegeplagte ist einfach:** die Milben von der Nahrung abschneiden, sodass sie sich nicht weiter vermehren können.



## Glatte Oberflächen

Lieber glatte Böden statt Teppichen und Leder statt textiler Sitzmöbel. Am besten auch keine Vorhänge.



## Staubfänger abschaffen

Im Staub lauert die Gefahr. Volle Bücherregale und Kommoden am besten auslagern.



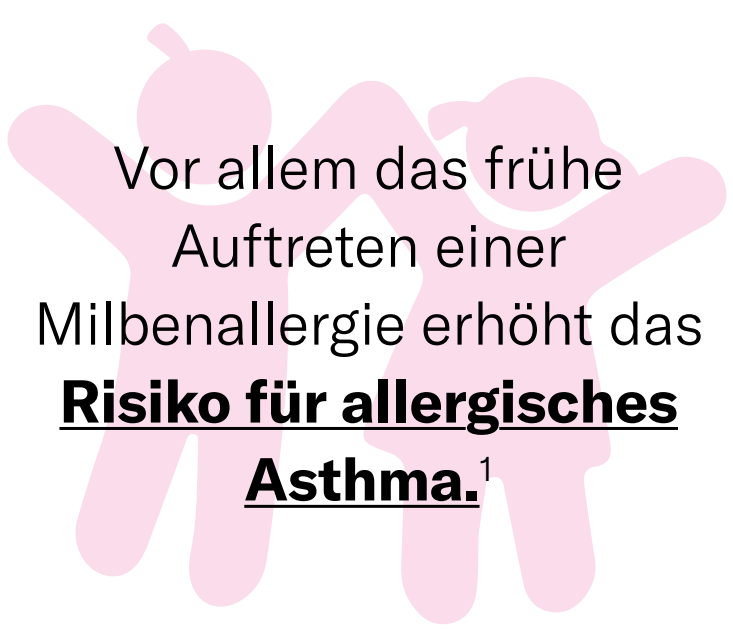
## Das Bett als milbenfreie Zone

Ein Bett mit Beinen wählen, damit die Luft zirkulieren kann. Täglich Matratze und Bettzeug lüften, Wäsche wöchentlich wechseln. Milbendichte Matratzenbezüge (Encasings) verwenden.

# VON AKUTHELFERN ...

**Die gute Nachricht:** Gängige Arzneimittel wie abschwellende oder kortisonhaltige Nasensprays, Augentropfen und Allergie-Tabletten helfen gegen die meisten Symptome einer Milbenallergie. Völlig beschwerdefrei machen sie aber nicht.

**Jetzt kommt die weniger gute:** Betroffene sind dauerhaft auf diese Medikamente angewiesen. Werden sie abgesetzt, kommen alle Symptome mit voller Wucht zurück.



Vor allem das frühe Auftreten einer Milbenallergie erhöht das **Risiko für allergisches Asthma.**<sup>1</sup>

## ... ZUR LANGFRISTIGEN LÖSUNG.

Allergien sind leider lebenslange Begleiter, die zu allergischem Asthma und Hautsymptomen führen können. **Es sei denn, Sie gehen die Ursache der Allergie an,** und zwar mit einer Hyposensibilisierung, kurz Hypo. Sie hat das Ziel, die Beschwerden von Menschen mit Allergien dauerhaft in den Griff zu bekommen.



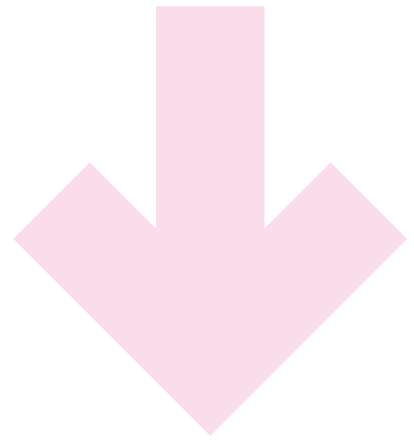
Stellen Sie sich vor, Sie könnten sich dem Raum mit der höchsten Milbenkonzentration zukünftig gelassener nähern:






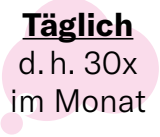


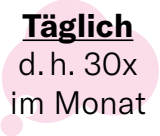
**Ihrem Schlafzimmer.**



# AGIEREN STATT REAGIEREN.

**Haben Sie die Nase von Ihrer Milbenallergie endgültig voll?** Dann wird es Zeit, das Thema Hypo anzugehen. Im Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt finden Sie heraus, welche Therapieform am besten zu Ihnen und Ihrem Tagesablauf passt. Wir geben Ihnen hier eine kurze Übersicht.



	Anwendung	Wie oft daran denken?	Behandlungsdauer	Ärztliche Betreuung
 <b>Spritze</b>	 Dicht unter die Haut	 <b>1x im Monat</b>	ca. 3 Jahre	1 Termin monatlich mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt gibt Sicherheit, dass Sie gut versorgt sind. Meistens ohne Wartezeit, weil alles vorbereitet ist.
 <b>Tablette</b>	 Unter die Zunge	 <b>Täglich</b> d.h. 30x im Monat	ca. 3 Jahre	Verordnung durch die Ärztin oder den Arzt und erste Einnahme unter Aufsicht. <b>Danach:</b> eigenverantwortliche Einnahme.
 <b>Tropfen</b>	 Unter die Zunge	 <b>Täglich</b> d.h. 30x im Monat	ca. 3 Jahre	

# ALLER GUTEN DINGE SIND DREI.



Eine Hyposensibilisierung dauert ungefähr 3 Jahre (eine Allergie dagegen lebenslang). Der Körper benötigt die Zeit, um sich an die Milbenallergene per Tablette, Tropfen oder Spritze zu gewöhnen.

Dafür ist die Wirkung einer Hypo nachhaltig. Sehen Sie den kurzen Pieks alle 30 Tage oder die tägliche orale Einnahme als **Investition in ein ganz neues Leben** an.

## Wissen ist die beste Therapie



Wir haben uns mit einer Vielzahl von Betroffenen über ihre Krankheitsgeschichte unterhalten. Dabei wurde klar, wie viel Informations- und Aufklärungsbedarf besteht. Deshalb haben wir einen Ratgeber zusammengestellt, der umfassend zu vielen Themen rund um Allergien und Neurodermitis informiert.

<https://leti.de/ratgeber/wissen>



## Durchschlafen statt durchdrehen

Wir haben mit dem Allergie-Experten Dr. Köhler gesprochen. Er rät: „Nicht warten mit der Allergie-Behandlung. Sonst können noch weitere Allergien hinzukommen.“ Hier gibt's das komplette Interview:

<https://leti.de/ratgeber/wissen/experten-interviews/dr-koehler>



# LÄUFT.

## Denken Sie sofort an Ihre Augen und Nase?

Dann sollten Sie unbedingt einen Blick in eine der folgenden Broschüren werfen. Schließlich gibt es Alternativen für alle Allergiegeplagten, die ihr Leben wieder genießen wollen. Fragen Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt, welche Therapieform zu Ihnen passt.

Eine Allergie kommt selten allein:

## TYPISCH ALLERGIE IN SERIE



1. Typisch Milbenallergie

2. Typisch Kreuzallergie



3. Typisch Pollenallergie

4. Typisch Tierallergie



5. Typisch Schimmelpilzallergie

6. Typisch Nahrungsmittelallergie



7. Typisch Allergie & Neurodermitis

8. Typisch Allergie & Folgen

Herausgegeben von:

LETI Pharma GmbH  
www.leti.de

Gutenbergstraße 10  
85737 Ismaning

