

Huisstofmijtallergie

Patiënteninformatie

ALLERGOLOGIE

- **Klachten:** een (vaak het hele jaar door) verstopte neus, vaak niezen, soms traanogen, met name in de ochtend.
- **De oorzaak:** allergische reactie tegen huisstofmijt, een bijna onzichtbaar klein beestje.
- **De behandeling:** het verminderen van blootstelling aan huisstofmijt. Verder medicatie: neusspray met ontstekingsremmer eventueel samen met een antihistaminetablet.

Wat is de huisstofmijt?

De huisstofmijt is een klein beestje dat verwant is aan de spin. Met het blote oog kun je de mijt bijna niet zien. Huisstofmijten voelen zich het beste thuis op donkere en vochtige plaatsen bij een temperatuur van rond de 25°C. Doordat ze zich voeden met huidschilfers van mensen, zijn matrassen, dekbedden en kussens ideale plaatsen voor mijten. Huisstofmijten komen ook voor in kleding, tapijt, stoffering van meubilair en speelgoed (voornamelijk knuffelbeesten).

Welke klachten horen bij huisstofmijtallergie?

De meest voorkomende klachten bij een huisstofmijtallergie zijn loopneus, verstopte neus, vaak niezen, tranende en/of jeukende ogen. De klachten treden met name in de nacht of in de ochtend op. Ze vormen een reactie op met name de uitwerpselen van de huisstofmijt. Ook het verschonen van het bed kan klachten geven. Doorgaans heb je het hele jaar last. In het najaar en de winter is er een toename van het aantal mijten en verergeren de klachten.

Wat kun je zelf doen om de klachten te beperken?

Het is niet mogelijk om blootstelling aan huisstofmijten volledig te voorkomen. Er zijn echter wel manieren om het aantal huisstofmijten sterk te verminderen:

- Zorg voor gladde vloeren in woon- en slaapkamer. Verwijder eventueel vloerbedekking. Reinig de oppervlakken wekelijks met een vochtige doek.
- Zorg voor een stofzuiger met een HEPA-filter.
- Zorg voor zo min mogelijk gestoffeerde meubels, vooral in de slaapkamer.
- Was het beddengoed wekelijks op 60 graden.
- Vervang donsveren of wollen dekbed/kussens door een synthetisch/antiallergisch exemplaar.
- Zorg dagelijks voor goede ventilatie van uw huis.
- Droog de was bij voorkeur in de wasdroger of buiten.

Welke medicatie kun je gebruiken?

Wanneer er sprake is van (bijna) dagelijks aanwezige neusklachten, kan het beste neusspray met een ontstekingsremmer worden gebruikt. De neusspray heeft vaak ook goed effect op de oogklachten. Neussprays werken alleen bij dagelijks gebruik. Consequent gebruik is van belang voor een goed effect. De neussprays kunnen veilig gedurende langere periode (maanden) worden gebruikt. Als de klachten hierdoor onvoldoende verminderen, wordt een neusspray met een combinatie van een ontstekingsremmer en antihistaminicum voorgeschreven. Of wordt een ontstekingsremmende neusspray met een antihistaminetablet gecombineerd.

Als je ondanks de maatregelen en medicatie klachten blijft houden, kan een volgende stap in de behandeling immunotherapie zijn. Overleg dit met de arts.

Vragen of klachten?

Als u nog vragen hebt, stelt u die dan gerust. U kunt ons op werkdagen van 08.00 tot 20.00 uur (vrijdag tot 18.00 uur) en op zaterdag van 09.00 tot 13.00 uur bereiken op 088 0100 900.

Wij doen er alles aan om uw bezoek zo prettig mogelijk te laten verlopen. Als u toch klachten hebt, horen wij deze graag van u. Mail of bel dan met onze klachtenfunctionaris: klachtenfunctionaris@dcklinieken.nl of 088 0100 999.

Uw mening over DC Klinieken

Wij vinden uw mening over ons erg belangrijk. Geef uw waardering en suggesties op Independer.nl of ZorgkaartNederland.nl, zodat wij daarmee onze zorg kunnen verbeteren.

Vergoeding

DC Klinieken is een ZBC (Zelfstandig Behandel Centrum). Dit betekent dat verreweg de meeste van onze behandelingen en onderzoeken worden vergoed door uw zorgverzekeraar. Houd hierbij wel rekening met het verplichte eigen risico. Natuurlijk hebt u ook een verwijzing van uw (huis)arts nodig. Wilt u precies weten hoe het zit met vergoedingen bij DC Klinieken? Vraag naar ons speciale informatieblad of kijk op www.dcklinieken.nl.



DC Klinieken