

Presseinformation

August 2015

Hausstaubmilben lieben es feucht und warm

Wie das Allergierisiko zuhause gemindert werden kann

Hausstaub und die darin enthaltenen Milbenallergene sind in Innenräumen die häufigste Allergieursache. Hierbei sind nicht die Milben selbst, sondern ihre Ausscheidungen die eigentlichen Allergene. Das Forum Waschen empfiehlt, Bettzeug von Hausstaubmilben-Allergikern täglich im Freien aufzuschütteln, gut zu lüften und die Bettwäsche wöchentlich bei 60 Grad Celsius mit pulverförmigem Vollwaschmittel zu waschen.

Milben fühlen sich bei 25 Grad Celsius und einer Luftfeuchtigkeit von 70 Prozent besonders wohl. Schlecht gelüftete und feucht-warme Räume bieten dabei den kleinen Spinnentieren optimale Lebensbedingungen. Die Vermehrungszeit der Hausstaubmilben liegt daher hauptsächlich in den Monaten Mai bis Oktober, da es zu dieser Jahreszeit besonders feucht und warm ist.

Hausstaubmilben halten sich in der Wohnung besonders gerne in Betten auf, aber auch in Teppichen, Polstermöbeln und Plüschtieren. Dort ernähren sie sich vorwiegend von menschlichen oder tierischen Hautschuppen, Haaren oder Federn. Täglich verliert der Mensch zirka ein Gramm Hautschuppen. Von dieser relativ kleinen Menge können in jedem Bett Tausende von Milben leben und allergieauslösende Ausscheidungen hinterlassen. Außerdem schwitzen Menschen im Schlaf pro Nacht zirka 200 bis 300 Milliliter Feuchtigkeit aus und sorgen so für ein milbenfreundliches Klima im Bett.



Die Kopfkissen, Bettdecken und Bettlaken von Hausstaubmilben-Allergikern sollten daher täglich im Freien aufgeschüttelt und gut gelüftet werden, um die Feuchtigkeit entweichen zu lassen. Weiterhin sollte ihre Bettwäsche wöchentlich bei 60 Grad Celsius mit einem pulverförmigen Vollwaschmittel gewaschen werden, um die Belastung mit Allergenen zu reduzieren.

Materialien wie z. B. Kuscheltiere, die nicht bei so hoher Temperatur gewaschen werden können, sollten mindestens über Nacht im Gefrierschrank bei -18 Grad Celsius aufbewahrt und anschließend gewaschen werden. Zudem ist es sinnvoll, die Matratzen mit einem allergendichten Bezug zu umschließen.

Generell ist die Qualität der Raumluft wichtig für die Gesundheit. Regelmäßiges Lüften durch Stoß- und Querlüftung (3 bis 5 Minuten bei weit geöffnetem Fenster) ist deshalb ratsam, um die Innenraumfeuchtigkeit zu senken, mögliche flüchtige Schadstoffe aus der Raumluft zu entfernen und den Sauerstoffgehalt der Luft zu erhöhen. Um die Belastung durch Hausstaubmilbenallergene zu reduzieren, sollten glatte Bodenbeläge täglich feucht gewischt bzw.

Im FORUM WASCHEN arbeiten über 30 Vertreter aus Behörden, Hochschulen, Gewerkschaft, Industrie, Ministerien, Nichtregierungsorganisationen, Umweltorganisationen und Verbraucherverbänden im Handlungsfeld „Nachhaltigkeit beim Waschen und Reinigen“ zusammen.

Das FORUM WASCHEN versteht sich als eine Plattform zum kritischen Dialog aller Hauptakteure, die mit Waschen und Reinigen zu tun haben. Hierzu zählen Experten aus den oben genannten Bereichen.

Teppichböden mit einem Staubsauger, der über einen HEPA-Filter verfügt, abgesaugt werden.

Weitere Informationen rund um Allergien gibt es hier:

- <http://forum-waschen.de/files/content/pdf-waschen-abwaschen-reinigen/WaeschepflegeAllergikerhaushalt.pdf>
- <http://forum-waschen.de/files/content/pdf-waschen-abwaschen-reinigen/duftstoffe-wasch-reinigungsmittel.pdf>
- Deutschen Allergie- und Asthmabund (DAAB e.V.), <http://www.daab.de/>

Abdruck honorarfrei, Belegexemplar erbeten.

Akteure im FORUM WASCHEN:

Aktion Humane Welt e. V.; Arbeitsgemeinschaft Evangelischer Haushaltsführungskräfte (AEH) des Deutschen Evangelischen Frauenbundes e. V. (DEF); Berufsbildende Schule Ritterplan, Göttingen; Berufsverband Hauswirtschaft e. V.; Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit (BVL); Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR); Bundesministerium der Justiz und für Verbraucherschutz (BMJV); Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz, Bau und Reaktorsicherheit (BMUB); Bundesministerium für Wirtschaft und Energie (BMWi); Bundesverband hauswirtschaftlicher Berufe MdH e. V.; Deutsche Energie-Agentur GmbH (dena); Deutscher Allergie- und Asthmabund e. V. (DAAB); Deutscher LandFrauenverband e. V. (dlv); DHB – Netzwerk Haushalt e. V.; Die Verbraucher Initiative e. V.; Elisabeth-Knipping-Schule, Kassel; GermanFashion Modeverband Deutschland e. V.; Gesellschaft Deutscher Chemiker e. V., Fachgruppe Chemie des Waschens; Gesundheitsamt Bremen; Hauptausschuss Detergenzien (HAD); HEA - Fachgemeinschaft für effiziente Energieanwendung e. V.; Hochschule Fulda, Fachbereich Oecotrophologie; Industriegewerkschaft Bergbau, Chemie, Energie (IG BCE); Industrieverband Körperpflege- und Waschmittel e. V. (IKW); Informationsverbund Dermatologischer Kliniken (IVDK); Institut für Markt-Umwelt-Gesellschaft e. V. (imug); Institut für ökologische Wirtschaftsforschung (IÖW) GmbH, gemeinnützig; Öko-Institut e. V.; SEPAWA/LUV (Vereinigung der Seifen-, Parfüm- und Waschmittelfachleute e. V.); Stiftung Warentest; Umweltbundesamt (UBA); Universität Bonn - Sektion Haushaltstechnik; VerbraucherService Bayern im KDFB e. V. (VSB); Verbraucherzentrale Bundesverband e. V. (vzbv); Verbraucherzentrale Sachsen-Anhalt e. V.; World Wide Fund For Nature Deutschland (WWF); Zentralverband Elektrotechnik- und Elektronikindustrie e. V. (ZVEI)



Ausgezeichnet durch den NACHHALTIGKEITSRAT