

# Huisstofmijtallergie



**azdelta**

Uw ziekenhuis.



Beste patiënt

U hebt een afspraak voor uw huisstofmijtallergie. In deze folder geven we u graag meer informatie. Hebt u na het lezen nog vragen, dan kunt u steeds terecht op het secretariaat van onderstaande diensten.

**Voor astma (ook voor ernstige astma en studiebehandelingen)**

- Volwassenen: dienst longziekten
- Kinderen: kinderartsen dr. Karin Decaestecker, dr. Inge Matthijs

**Voor allergische ontsteking van het neusslijmvlies, chronische sinusitis, neuspoliepen**

- Volwassenen: dienst neus-keel-oorziekten
- Kinderen: diensten neus-keel-oorziekten en kinderziekten

**Voor allergische ontsteking van het bindvlies of slijmvlies van het oog**

- Volwassenen: dienst oogziekten
- Kinderen: diensten oogziekten en kinderziekten

**Voor eczeem en netelroos**

- Volwassenen: longarts dr. Stephanie Dobbelaere; arts huid- en haarziekten: dr. Annelies Stockman
- Kinderen: kinderartsen dr. Karin Decaestecker, dr. Inge Matthijs; arts huid- en haarziekten dr. Annelies Stockman

Het team van artsen en medewerkers van de allergiekoepel

# 1 Wat is een huisstofmijtallergie?

In ons land is de huisstofmijt de voornaamste oorzaak van allergische aandoeningen. Een allergie voor huisstofmijt wordt veroorzaakt door de uitwerpselen van de diertjes. Deze lichte stofdeeltjes stuiven in de lucht door beweging en worden ingeademd. Normaal reageert ons afweersysteem niet op deze stoffen. Bij mensen met een allergie reageert het echter wel en kunnen er allergische reacties ontstaan bij het inademen van deze allergenen.

# 2 Wat zijn huisstofmijten?

Huisstofmijten zijn microscopisch kleine spinachtige diertjes die zich voeden met menselijke en dierlijke huidschilfers. Ze vermenigvuldigen zich het meest in een warme (20-30°C) en vochtige omgeving. Grote aantallen huisstofmijten komen vooral voor in matrassen, dekbedden, dekens en hoofdkussens omdat ze daar hun ideale levensomstandigheden vinden. Ook tapijten en gestoffeerde meubels bevatten mijten. Huisstofmijten komen het hele jaar in elk huis voor. In de herfst zijn ze echter bijzonder talrijk door de hogere luchtvochtigheid.

# 3 Wat betekent allergie?

Een allergie is een abnormale reactie van het immuunsysteem die ontstaat door contact met een lichaamsvreemde stof, het allergeen. Bij een huisstofmijtallergie zijn de uitwerpselen van het diertje het allergeen wat bij overgevoelige mensen een allergische reactie veroorzaakt.

# 4

## Wat zijn de symptomen?

Chronische allergische ontsteking van het slijmvlies is een allergische reactie op mijten die ontstaat wanneer deze in contact komt met de neus en de ogen.

De typische symptomen zijn:

- heldere neusloop
- matige tot ernstige neusverstopping
- niesbuien
- jeukende neus en/of gehemelte
- oogontsteking in de vorm van rode, jeukende en tranende ogen.

Als een allergische reactie niet behandeld wordt, kan deze verergeren of zelfs evolueren naar allergisch astma door het ontsteken van de luchtwegen. Dit uit zich in ademhalingsmoeilijkheden met een benauwd gevoel op de borst, een piepende ademhaling en een droge hoest (vooral 's nachts).

# 5

## Hoe verloopt de diagnose?

De diagnose verloopt in 3 fasen:

1. een grondige bevraging
  2. een klinisch onderzoek
  3. huidtest en/of IgE-bloedtest
- Bij een huidtest of priktest wordt er een kleine hoeveelheid extract van de allergenen op de huid gedruppeld, waarna met een prikkertje een minuscuul gaatje in de huid wordt geprikt. Na enkele minuten weet je of er sprake is van allergie.
  - Tijdens een IgE- bloedtest wordt er een eiwitsoort in het bloed gemeten: het immuunglobuline van klasse E (IgE). Deze eiwitten zijn antilichamen die het lichaam aanmaakt en reageren tegen de allergenen die de allergie veroorzaken.



# 6

## Wat is de behandeling?

De behandeling van een allergische aandoening bestaat in de eerste plaats in het zo veel mogelijk vermijden van het oorzakelijk allergeen. Het volledig uitroeien van huisstofmijten is echter onmogelijk.

Door het nemen van enkele eenvoudige maatregelen kan de hoeveelheid huisstofmijten in een woning wel sterk verminderen en onder controle gehouden worden.

### Omgevingscontrole

- Houd de deuren van de slaapkamer altijd gesloten.
- Verlucht de kamer 15 minuten per dag. Bij voorkeur wanneer het droog is buiten.
- Hou de temperatuur van de slaapkamer op 18 graden Celsius of lager.
- Vermijd vochtigheid in de kamer.
- Hang liefst geen gordijnen op. Of kies voor synthetische gordijnen en was ze regelmatig.

- Kies voor een matras, lakens, dekens en hoofdkussens uit hypoallergeen synthetisch materiaal.
- Vermijd boxsprings, gebruik liefst een lattenbodem.
- Laat het bed de hele dag volledig open (dus niet opgemaakt) zodat het kan verluchten.
- De lakens wekelijks verschonen en wassen op minimum 60 graden Celsius. Geen flanelen lakens gebruiken.
- Plaats zo weinig mogelijk speelgoed, boeken, muurversiering... in de slaapkamer.
- Liefst maximaal 1 knuffel in bed. Was de knuffel maandelijks op 60 graden Celsius en/of leg hem af en toe in de diepvries.
- Hou huisdieren en planten buiten de kamer.
- Poets de kamer liefst nat. Beter dan te stofzuigen. Tenzij met een HEPA-filter en/of allergeendichte stofzuigzak.
- Kies een goed afwasbare vloerbedekking, liefst geen tapijten.
- Kies voornamelijk zitmeubilair met een plastic, kunststof of lederen bekleding in plaats van een stoffen bekleding.
- Houd geen huisdieren. Die verhogen het risico op huisstofmijten in de woning en kunnen bijkomende allergieën uitlokken.
- Laat de was buiten drogen of gebruik een droogkast.
- Luchtbevochtigers worden best vermeden. De relatieve vochtigheidsgraad in de woning is best onder 55 procent. Houd de deur met de badkamer gesloten. Ventileer dagelijks toilet en badkamer.
- Laat de afzuigkap aan na het koken (ongeveer een uurtje) om zo veel mogelijk stoom uit het huis af te voeren.
- Zorg ervoor dat er in het huis niet wordt gerookt.

Als alternatief behandel de matras en het hoofdkussens met **ExAller**. Deze oplossing trekt huisstofmijten aan tot buiten de matras door het reproduceren van hun eigen feromonen. De mijten kunnen vervolgens verwijderd worden door het laken te wassen in de wasmachine.



### Werking:

- Spuit de oplossing gelijkmatig op een laken van 100 procent katoen die het bed en de kussens bedekt. (1 maal spuiten per 30 cm.)
- Haal het laken vol met mijten na 1 tot 2 uur weg en was het op 60 graden Celsius in de wasmachine.
- Stofzuig de matras en de kussens.

## Behandeling met medicatie

Behandelingen met druppels of via tabletten zijn mogelijk gedurende de aanwezigheid van de symptomen die allergie veroorzaakt. Deze geneesmiddelen werken in op de symptomen door de allergische reactie te verminderen, zonder ze weg te nemen.

De geneesmiddelen die hiervoor gebruikt worden, zijn vooral allergietabletten (antihistaminica), neussprays met een kleine dosis cortisone en antiallergische oogdruppels. Bij jonge kinderen wordt er ook vaak gebruik gemaakt van siroop.

Zijn de allergische verschijnselen echt hevig, dan is immunotherapie soms aangewezen.

## Immunotherapie

Dit is de enige behandeling die de oorzaak van de allergie aanpakt. Er bestaan 2 vormen van immunotherapie:

- **Immunotherapie (SCIT)**

Via injecties in de bovenarm wekelijks gedurende 12 tot 15 weken. De dosis van het toegediende allergeen wordt dan wekelijks verhoogd. Dit is de instelfase. Hierdoor kan de

patiënt na 16 weken een grote hoeveelheid van het allergeen verdragen. Na de instelfase worden de injecties maandelijks gegeven gedurende 3 tot 5 jaar. Dat is de onderhoudsfase.

- **Immunotherapie (SLIT)**

Via druppels of smelttabletjes onder de tong. De instelfase is bij deze vorm korter. Het is slechts in de eerste week noodzakelijk de druppeltjes of pilletjes in te nemen onder toezicht van een arts. Nadien kan dat thuis gebeuren. Het is wel noodzakelijk af en toe op controle te komen om het effect van de behandeling te evalueren.

**Wanneer kom je in aanmerking?**

- Patiënten met matige tot ernstige neus-en oogsymptomen die veroorzaakt worden door huisstofmijt.
- Patiënten met onvoldoende controle van de symptomen ondanks gebruik van antihistaminica en/of lokale corticosteroiden en maatregelen om allergenen te vermijden.
- Onaanvaardbare bijwerkingen bij de klassieke behandeling met medicatie.
- Onvoldoende astmacontrole t.g.v. huisstofmijtallergie.

**Wanneer kan immunotherapie niet gebruikt worden?**

Bij ernstige, slecht gecontroleerde astma en ongecontroleerd hartlijden. Deze behandeling mag ook niet opgestart worden tijdens de zwangerschap. Bij koorts of na vaccinatie wordt de volgende toediening best uitgesteld.

## 7 **Kostprijs**

Bij vragen rond de kost van raadplegingen of onderzoeken kunt u steeds terecht bij de dienst facturatie van het ziekenhuis op het nummer 051 23 76 66 of per mail via [factuur@azdelta.be](mailto:factuur@azdelta.be). Op de website ([www.azdelta.be](http://www.azdelta.be)) kan u ook de conventiestatus van de artsen terugvinden.



# Notities

A series of 20 horizontal dotted lines for taking notes.

Handwriting practice area consisting of 20 horizontal dotted lines.

A series of 20 horizontal dotted lines for writing.

# Contactgegevens

## CAMPUS RUMBEKE

Secretariaat neus-keel-oorziekten

t 051 23 70 22

Secretariaat kinderziekten

t 051 23 63 94

Secretariaat huid-en haarziekten

t 051 23 75 95

Secretariaat longziekten

t 051 23 72 16

Spoedgevallen

051 23 77 03

Secretariaat laboratoriumgeneeskunde

t 051 23 71 96

Klin. bioloog Inge de Cuyper

t 050 23 25 34

## CAMPUS BRUGSESTEENWEG

Secretariaat oogziekten

t 051 23 70 69

## CAMPUS MENEN

Secretariaat neus-keel-oorziekten

t 056 52 22 70

Secretariaat kinderziekten

t 056 53 05 33

Secretariaat oogziekten

t 056 52 22 70

Secretariaat longziekten

t 056 52 21 40

Spoedgevallen

t 056 52 25 00

## CAMPUS TORHOUT

Secretariaat neus-keel-oorziekten

t 050 23 24 51

Secretariaat kinderziekten

t 050 23 24 34

Secretariaat huid-en haarziekten

t 050 23 24 62

Secretariaat oogziekten

t 050 23 24 57

Secretariaat longziekten

t 050 23 24 01

Spoedgevallen

t 050 23 23 01

## Coördinator allergiekoepel

Jessy Meirsman

e [jessy.meirsman@azdelta.be](mailto:jessy.meirsman@azdelta.be)

## Functie- en studieverpleegkundige

Liselot De Decker

t 051 23 76 38

## Astma studieverpleegkundige

Mathijs Bonne (campus Rumbeke)

t 051 23 76 18

## Kinderdiëtisten

Joséphine Vanoverbeke

t 051 23 68 90

Sarina Van Landuyt

t 051 23 80 24

## Kinderdagziekenhuis

Vanessa Bekaert

t 051 23 63 39

[www.azdelta.be](http://www.azdelta.be)

Bron: *allergiekoepel AZ Delta*