

## Hinweise für den allergischen Patienten mit Schimmelpilzallergie

Für jeden allergischen Patienten ist es von entscheidender Bedeutung, daß bekannt ist, auf welche Substanzen er allergisch reagiert, daß er also **sein(e) Allergen(e)** kennt. Erst dann können die Beschwerden gezielt behandelt werden.

Entscheidend ist, das auslösende **Allergen zu meiden** (Allergenkarenz). Auch in den Fällen, in denen man sich zu einer **Hyposensibilisierungsbehandlung** entschließt (also eine 'Spritzenkur' der Allergie durchführt) ist es ratsam, den verantwortlichen Allergenen möglichst aus dem Wege zu gehen. Bei der Behandlung werden die Allergene dem Körper in kleinen Mengen zugeführt. Ist der zusätzliche Kontakt mit den gleichen Allergenen aus der Umgebung während dieser Zeit aber sehr groß, so kann dies zeitweise zu einer Verstärkung der allergischen Beschwerden führen.

Um den Kontakt mit einem Allergen zu meiden, muß der Patient einiges über dieses Allergen wissen.



**Schimmel** findet man als weißen, schwarzen, grünen oder manchmal auch rotbraunen Belag auf Lebensmitteln wie Brot, Marmelade, Obst, Gemüse, aber auch auf Pflanzenblättern und an feuchten Hauswänden. Dieser sichtbare Belag wird von Pilzen gebildet.

Die Pilze selbst sieht man allerdings nicht. Sie bestehen aus vielen sehr feinen dünnen Fäden und wachsen im Inneren der Dinge, die sie befallen. Nur zur Vermehrung bilden sie an der Oberfläche, also oben auf der Marmelade oder außen am Brot, ungeheure Mengen an winzigen Kügelchen, die Sporen. Diese Sporen bilden den Belag, den man als Schimmel kennt. Sie sind so klein, daß sie von der Luft weggetragen werden. Mit der Luft werden sie auch eingeatmet und können dann zu Allergien führen.

Die bekannten eßbaren Pilze verhalten sich im übrigen ganz ähnlich. Auch sie leben als feine Fäden im Erdboden und nur zur Vermehrung bilden sie an der Oberfläche das, was man gemeinhin als Pilz kennt. Für den Pilz ist das, was wir essen nur ein Behälter für seine Sporen.

Die Pilze verarbeiten abgestorbene Stoffe von Pflanzen und Tieren. Einige befallen dabei auch die Vorräte des Menschen. Meist ernähren sich die Pilze aber von Abfällen, mit besonderer Vorliebe für pflanzliches Material. Daher werden sie häufig auch alle zusammen als Schimmelpilze bezeichnet.

Wie die Bakterien sind die Schimmelpilze praktisch überall in unserer täglichen Umgebung vorhanden. Sie

wachsen auf Zimmerpflanzen, Lebensmitteln, Stoffen, Tapeten, Papier, im Badezimmer, in der Küche und im Garten.

Es gibt mehr als 250.000 Arten von Schimmelpilzen. Die meisten von ihnen sind sehr nützlich und für den Menschen harmlos. Am besten gedeihen sie in feuchter und warmer Umgebung. Da nur wenige Arten so viele Sporen auf einmal bilden wie z. B. der Brotschimmel, sind sie meist gar nicht zu sehen. Ihre Sporen schweben aber ständig in der Luft. Empfindliche Menschen können gegen Schimmelpilzsporen allergisch werden.

Die Beschwerden treten meist an den Atmungsorganen auf. Die Sporen können ihre Allergene aber auch an ihre Umgebung abgeben, so daß sie in Obstäfte, Wein, Bier oder in andere Nahrungsmittel gelangen. Beim Essen und Trinken kommt es daher manchmal zu Magen-Darm-Beschwerden.

Niesanfälle, Bauchschmerzen, Schnupfen, Durchfall, Husten, Erbrechen, Asthma können Krankheitszeichen sein.

Eine Schimmelpilzallergie ist sehr schwierig herauszufinden. Der Allergiker sollte sorgfältig beobachten, unter welchen Umständen sich seine Beschwerden verstärken. Das kann zu bestimmten Jahreszeiten sein, vor allem von Februar bis April und August bis Oktober. Das kann in bestimmten Räumen sein, vor allem in alten, feuchten Häusern, in Kellern, in Räumen mit Klimaanlage oder in solchen mit Holzvertäfelung oder Parkettfußboden. Das kann auch beim Genuß bestimmter Getränke, Obst und Gemüse sein.

Eine Hyposensibilisierung gegen Schimmelpilze ist erst angebracht, wenn man möglichst genau weiß, welche Pilze die Beschwerden verursachen.

Das Wachstum von Schimmelpilzen kann man am besten bekämpfen, indem man die Feuchtigkeit in Häusern und Wohnungen herabsetzt, also:

- Stets für gute Lüftung sorgen.
- Hinter Schränken, Kacheln, Holzverkleidungen nach Stockflecken suchen, hier wachsen Schimmelpilze.
- Keine Küchenabfälle liegen lassen.
- Zimmerpflanzen, besonders in Hydrokultur, abschaffen, sie geben Nahrung und Feuchtigkeit für Schimmelpilze.
- Luftbefeuchter an Heizungen entfernen.
- Obst und Gemüse im Kühlschrank lagern, damit sich Pilze nicht zu stark vermehren.
- Keine Gartenarbeit verrichten; Rasen, abgestorbene Blätter, Kompost sind mit Sicherheit von Schimmelpilzen bewachsen.