



Allergien



Allergien sind mittlerweile das ganze Jahr über ein Thema. Pollen treten nicht mehr nur saisonal auf, ihre Hauptgeschäftszeit startet früher und dauert länger – eine der vielen Folgen des Klimawandels.¹ Vielen ist zudem nicht bewusst, dass die Luft in geschlossenen Räumen häufig bis zu fünfmal mehr belastet ist als im Freien. Neben Pollen finden sich hier auch weitere ungeliebte Mitbewohner: Hausstaubmilben, Schimmelsporen, Tierhaare, Viren und Bakterien.

Bei rund

30%

der Deutschen² ist eine allergische Erkrankung ärztlich festgestellt worden.



Die häufigste Allergie ist Heuschnupfen.

Fast

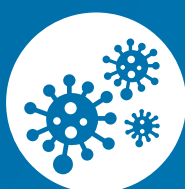
15%

aller Deutschen leiden mindestens einmal in ihrem Leben daran.² Auf Platz zwei mit etwa 7% sind Hausstaubmilben³, gefolgt von Tierhaarallergenen als Verursacher einer Atemwegsallergie.⁴

Verbreitete Innenraumallergene:



Pollen:
gelangen durch Wind oder auf der Kleidung ins Haus



Schimmel:
Pilze, die Sporen in die Luft freisetzen



Tierhaarallergene:
verursacht durch eine Kombination aus abgestorbenen Hautzellen und Haaren



Staub:
18 kg sammeln sich jährlich in einem durchschnittlichen Haushalt an⁵



Hausstaubmilben:
winzige Milben, die einen viertel Millimeter lang sind und 20 Mal pro Tag Kot absondern

Wie wirken sich Allergene auf den Alltag aus?

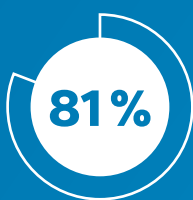
Symptome wie eine verstopfte Nase und Müdigkeit führen schätzungsweise zu **11 bis 40 %** weniger Produktivität.⁶



... sagen aus, dass allergischer Schnupfen ihren **Schlaf beeinträchtigt**.



... geben an, dass ihr allergischer Schnupfen sie **bei der Arbeit, in der Schule oder im Alltag beeinträchtigt**.⁷



... berichten, dass Allergien ihre **Stimmung negativ beeinflussen**.⁷

Wie „schützt“ sich der Körper gegen Allergene?⁸



- Der Körper identifiziert eigentlich **harmlose Stoffe wie Pollen als gefährlich** und startet eine Abwehrreaktion, wie zum Beispiel bei einer Grippe.
- Um den Körper zu schützen, produziert das Immunsystem **Antikörper** namens **Immunglobulin E (IgE)**.
- Diese Antikörper bewirken dann, dass bestimmte Zellen **Entzündungsbotenstoffe wie Histamin ausschütten**, um sich gegen das Allergen zu schützen.
- Die Freisetzung dieser Stoffe **löst eine allergische Reaktion** aus.

¹ <https://www.ecarf.org/info-portal/allgemeine-allergie-infos/allergien-zahlen-und-fakten/>

² <https://www.ecarf.org/wp-content/uploads/factsheetallergien-ueberarbeitet-v3-190924.pdf>

³ <https://www.allergieinformationsdienst.de/krankheitsbilder/hausstaubmilbenallergie/verbreitung.html>

⁴ <https://www.allergieinformationsdienst.de/krankheitsbilder/tierhaarallergie.html>

⁵ National Air Duct Cleaners Association, 2014

⁶ Walker S et al (2007). Seasonal allergic rhinitis is associated with a detrimental effect on examination performance in United Kingdom teenagers: case-control study. *Journal of Allergy and Clinical Immunology* 120(2), 381-387

⁷ Allergy UK, <http://www.allergyuk.org/downloads/Corporate%20final-haymax-report-2016-part-1.pdf>

⁸ <https://www.ecarf.org/info-portal/allgemeine-allergie-infos/was-passiert-bei-einer-allergie-in-meinem-koerper/>