

# Ungebetene Bettgäste

**Milben** gelten als Auslöser von Asthma und allergischer Rhinokonjunktivitis, darüber hinaus sind sie am atopischen Ekzem beteiligt. Sie stellen die zweithäufigste Allergenursache in Europa für Atemwegsallergien dar.

**D**er niederländische Mediziner Willem Strom van Leeuwen besuchte im Jahr 1923 mit drei Asthmatikern St. Moritz und stellte fest, dass seine Patienten dort beschwerdefrei waren. Als er sie den mitgebrachten Hausstaub aus Leiden einatmen ließ, bekamen sie erneut einen Asthmaanfall – die Ursache

der Erkrankung wurde demnach im Hausstaub gesehen. Erst 1964 fand man schließlich heraus, dass Milben die Hauptallergenquelle im Hausstaub darstellen.

**Domestic Mites** Milben zählen zu den Spinnentieren (Arachida), verfügen über vier Beinpaare und weisen mit einer Größe zwischen 0,1 und 10

Millimetern die beträchtlichste Diversität unter den Arachida auf. Der Oberbegriff „Domestic Mites“ umfasst die im menschlichen Umfeld vorkommenden Milben, insbesondere Hausstaub- und Vorratsmilben, welche die Bildung der spezifischen IgE-Antikörper hervorrufen können. Hausstaubmilben ernähren sich von menschlichen Hautschuppen und ▶



© Zinkevych / iStock / Getty Images

# HustHustHustHustHustHust tHustHustHustHust Hust



- beruhigt den Husten
- löst den Schleim
- bekämpft die Entzündung in den Bronchien

## Bronchipret®

**NEU: Dosierbecher mit schwarzer Markierung – ab Winter erhältlich**



**Bronchipret® Tropfen • Zusammensetzung:** 1 ml (entsprechend 1 g) Flüssigkeit zum Einnehmen enthält: 0,5ml Fluidextrakt aus Thymiankraut (1:2–2,5), Auszugsmittel: Ammoniaklösung 10% (m/m); Glycerol 85% (m/m); Ethanol 90% (V/V); Wasser (1:20:70:109). 0,03 ml Auszug aus Efeublättern (1:1), Auszugsmittel: Ethanol 70% (V/V). Enthält 24 Vol.-% Alkohol. Sonstige Bestandteile: Citronensäure-Monohydrat, Ethanol 96% (V/V), Gereinigtes Wasser, Hydroxypropylbetadex (MS: 0,65), Saccharin-Natrium Dihydrat. **Anwendungsgebiete:** Zur Besserung der Beschwerden bei akuten entzündlichen Bronchialerkrankungen und akuten Entzündungen der Atemwege mit der Begleiterscheinung „Husten mit zähflüssigem Schleim“. **Gegenanzeigen:** Keine Anwendung bei bekannter Überempfindlichkeit gegenüber Efeu, Thymian oder anderen Lippenblütlern (Lamiaceen), Birke, Beifuß, Sellerie oder einen der sonstigen Bestandteile des Arzneimittels. Keine Anwendung in Schwangerschaft und Stillzeit und bei Kindern unter 6 Jahren wegen nicht ausreichender Untersuchungen. **Nebenwirkungen:** Gelegentlich Magendarmbeschwerden wie Krämpfe, Übelkeit und Erbrechen. Sehr selten Überempfindlichkeitsreaktionen, wie z. B. Luftnot, Hautausschläge, Nesselsucht sowie Schwellungen in Gesicht, Mund und/oder Rachenraum. **Warnhinweise:** Enthält 24 Vol.-% Alkohol.

Stand: 05|18

► finden im häuslichen Umfeld optimale Lebensbedingungen vor. Vorratsmilben versorgen sich hingegen saprophag (von totem Material) sowie mycophag (von Pilzen). Man findet sie häufig in der Landwirtschaft auf Samen oder Getreide, sie können allerdings auch Bestandteil des Hausstaubs sein. Der Lebenszyklus der Domestic Mites setzt sich aus verschiedenen Entwicklungsstadien zusammen (Ei, Larve, Nymphe, adultes Tier). Die Veränderung vom Ei bis zum adulten Tier erfolgt innerhalb von zwei bis drei Wochen und hängt von der Temperatur sowie von der relativen Luftfeuchte ab. Letztere ist für den Milben-Organismus wichtig, weil die Parasiten kein Wasser trinken, sondern es über den Körper aus der Luft aufnehmen. Optimale Bedingungen für ihre Reproduktion und Entwicklung sind Temperaturen von 25 bis 30 Grad Celsius bei einer relativen Luftfeuchtigkeit von 75 Prozent. Innerhalb menschlicher Behausungen fühlen sich Milben auf Matratzen, Kuscheltieren, Teppichen, Polstermöbeln, Kleidung sowie auf Holzböden wohl. Aufgrund des reichhaltigen Nahrungsangebots können die Konzentrationen auf Matratzen mit bis zu 26 000 Tieren pro Quadratmeter sehr hoch sein.

### Beschwerdegipfel am Morgen

In Deutschland sind etwa 24 Prozent der erwachsenen Allergiker gegen Hausstaubmilben (*Dermatophagoides pteronyssinus*, europäische Milbe) und 21 Prozent gegen *Dermatophagoides farinae* (amerikanische Milbe) sensibilisiert. Bei Betroffenen kommen also milbenspezifische IgE-Antikörper vor, was nicht unbedingt bedeutet, dass in jedem Fall eine Milbenallergie vorliegt. Typische Symptome einer Hausstaubmilbenallergie sind allergischer Schnupfen (Rhinitis) mit Niesreiz, allergische Bindehautentzündungen, allergisch bedingter Husten, Asthma und eine verstopfte oder laufende Nase vor allem in den Morgenstunden. Eine Sinusitis, eine bronchiale Hyperreaktivität sowie der Übergang

in allergisches Asthma folgen auf eine Rhinitis durch Milben häufiger als auf eine Reaktion gegen Pollen. Um eine Hausstaubmilben- von einer Pollenallergie abzugrenzen, sollte man wissen, dass die Beschwerden der Hausstaubmilbenallergie ganzjährig bestehen, ihren Höhepunkt im Spätherbst und Winter haben und die Symptome nachts oder morgens nach dem Aufstehen am stärksten ausgeprägt sind. Vorratsmilben rufen ähnliche Beschwerden wie Hausstaubmilben hervor und kommen deutlich häufiger bei Land- als bei Stadtmenschen vor. Um eine Milbenallergie zu diagnostizieren, führt der Arzt neben der Anamnese in der Regel eine Prick-Testung durch und bestimmt die Antikörper im Blut. Die Provokation am Erfolgsorgan führt durch die auftretenden Symptome schließlich zum Nachweis der Allergie.

**Therapieoptionen** Eine Allergenkarenz gestaltet sich extrem schwierig, da die Exposition unter anderem im eigenen Bett geschieht. Spezielle Bettwäsche, häufiges Waschen sowie Staubsaugen empfinden einige Betroffene als symptomlindernd. Eine Sprühlösung mit dem pflanzlichen Inhaltsstoff Mahalin aus dem Samen des Niembaums beseitigt Hausstaubmilben aus der Matratze. Die Substanz tötet die Spinnentiere nicht direkt ab, sondern macht die Nahrung der Milben ungenießbar. Die Parasiten verhungern, die Allergenbelastung verringert sich dadurch für etwa sechs Monate nach der Anwendung. Die Beschwerden lassen sich durch die Anwendung von Antihistaminika oder durch den Einsatz von Cortisonpräparaten kurzfristig verbessern. Zur kausalen Behandlung eignet sich die spezifische Immuntherapie, bei der durch die wiederholte Verabreichung von Milbenbestandteilen eine Toleranz gegen die Allergene aufgebaut wird. Die Wirkung hält viele Jahre an und kann bei einer Verschlechterung wieder aufgefrischt werden.

**Weitere Milbenarten** Es gibt noch andere Spinnentiere, die für den Menschen relevant sind: Haarbalgmilben befinden sich vorwiegend auf den Haarwurzeln der Augenwimpern und ernähren sich ebenfalls von Hautschuppen. Sie sind zwar ungefährlich, können jedoch dauerhaft zu Rosacea oder Akne führen.

Die Krätzmilbe ruft die Erkrankung Skabies hervor, welche sich durch einen starken Juckreiz, den die Aktivitäten der Tiere in der Haut verursachen, kennzeichnet. Krätze ist sehr ansteckend und kann daher zu Ausbrüchen (zum Beispiel in Krankenhäusern) führen. Die Weibchen graben bei einem Befall Gänge in die Epidermis und legen dort zahlreiche Eier ab. Die Larven wandern schließlich an die Hautoberfläche und entwickeln sich zu fruchtbaren Lebewesen – anschließend beginnt der Prozess von vorne. Beliebte Aufenthaltsorte der Spinnentiere sind die Finger- und Zehenzwischenräume, der Genitalbereich, der Haaransatz, die Armbeugen sowie die Achselhöhlen. Der Befall geht mit Rötungen, Schuppen, Knötchen in der Größe eines Stecknadelkopfes und mit Juckreiz, der sich in der Bettwärme oder nach einem heißen Bad verstärkt, einher.

Wie der Name schon sagt, halten sich Grasmilben überwiegend auf Wiesen, in Parks, Gärten und Büschen auf. Sie schlüpfen aus am Boden abgelegten Eiern, danach heften sich die Larven an Mensch und Tier und ernähren sich von ihnen. Nach spätestens zehn Tagen kehren sie auf den Boden zurück und leben dort weiter. ■

*Martina Görz,  
PTA, M.Sc. Psychologie und  
Fachjournalistin*





## Curazink® Bei Zinkmangel Abwehrkräfte stärken mit Zink-Histidin

**Hals kratzt, Nase läuft: Im Winter führt für viele Menschen kein Weg an der Apotheke vorbei. Ein Grund für häufig wiederkehrende Erkrankungen kann ein durch Zinkmangel geschwächtes Immunsystem sein.**

Für Menschen mit regelmäßigen Erkältungen kann es daher empfehlenswert sein, die Abwehrkräfte zu stärken. Der rechtzeitige Ausgleich eines Zinkmangels kann dazu beitragen, das Immunsystem zu unterstützen.

### Curazink®: einzigartiger Zink-Histidin-Komplex

Auf dem Markt sind viele unterschiedliche Zinkprodukte zu finden. Sie enthalten Zink entweder in Form anorganischer Salze oder als Komplexe mit organischen Säuren und Aminosäuren. Der Komplex aus Zink und dem körpereigenen Stoff Histidin ist besonders gut geeignet, um einen Zinkmangel auszugleichen. Der Körper kann die Verbindung direkt verwerten.

### Erhöhte Bioverfügbarkeit

Bereits eine Kapsel Curazink® mit einer Dosierung von 15 Milligramm reinem Zink täglich reicht aus, um den Körper mit

ausreichend Zink zu versorgen.<sup>1</sup> Die Bioverfügbarkeit von Zink aus dem Zink-Histidin-Komplex ist rund dreimal höher als die aus Zinksulfat.<sup>2</sup>



Die Zink-Präparate unterscheiden sich vor allem hinsichtlich ihrer Bioverfügbarkeit. Zink-Histidin ist die natürliche Form des Zinks im Körper. Zinkmangel geht häufig mit einer Verarmung an Histidin und einem geringen Einbau dieser Aminosäure in verschiedenen Proteinen einher. Bei einer Erkältung verbraucht der Körper nicht nur vermehrt Zink, sondern auch sein physiologisches Transportmittel Histidin.

Der Zink-Histidin-Komplex ist und bleibt die derzeit physiologisch sinnvollste Methode des Zinkmangel-Ausgleichs.



Prof. Dr. Schopf, Universitätsklinikum  
der Johannes Gutenberg-Universität Mainz

<sup>1</sup>Schopf, R. (2000). Zink-Histidin. Deutsche Apotheker Zeitung, 140 (5), 475-484.

<sup>2</sup>Schölmerich, J., Freudemann, A., Kötting, E., Wietholtz, H., Steiert, B., Löhle, E., Häußinger, D. & Gerok, W. (1987). Bioavailability of zinc from zinc-histidine complexes. Comparison with zinc sulfate in healthy men. American Society for Clinical Nutrition, 45, 1480-1486.

## Curazink®: Hilfe bei Zinkmangel für Ihre Patienten

- Die Einnahme von Curazink® hilft vor allem zur kalten Jahreszeit dabei, einen Zinkmangel auszugleichen und so Erkältungen vorzubeugen.
- Dank des einzigartigen Zink-Histidin-Komplexes hat Curazink® eine dreimal höhere Bioverfügbarkeit als gewöhnliches Zinksulfat.<sup>2</sup>
- Nur eine Kapsel Curazink® am Tag reicht aus, um den Körper mit ausreichend Zink zu versorgen.



## Curazink® Lieblingszink des Körpers.

Curazink® 15 mg Hartkapseln. Wirkstoff: Zink-Histidin. Zus.: 1 Hartkps. enth. 85,73 mg Zink-Histidin entspr. 15 mg Zink. Sonst. Bestandt.: Gelatine, Mg-stearat (pflanzl.), Maisstärke, Na-dodecylsulfat, Titandioxid (E 171), Glycerin, Wasser. Anw.: Behandel. klin. gesch. Zinkmangelzustände, sofern sie nicht durch Ernährungsumstell. behoben werden können. Gegenanz.: Überempf. gg. d. Wirkst. od. e. d. sonst. Bestandt. Schwangersch./Stillz.: Nur nach sorgfält. Nutzen-Risiko-Abwäg. NW: Gastrointest. Beschwerden (z.B. Übelk., Erbr., Durchfall), Hautreakt. (z.B. Exanthem, Pruritus), Kupfermangel. Angaben gekürzt – Weitere Einzelheiten entnehmen Sie bitte d. Fach- bzw. Gebrauchsinformation. Stand: Februar 2017. STADA GmbH, Stadastraße 2-18, 61118 Bad Vilbel