

# Liebe Kinder,

ihr habt eine laufende Nase, gerötete Augen, ihr kriecht schwer Luft und habt Husten? Dann habt ihr vielleicht eine Allergie gegen Schimmelpilze.



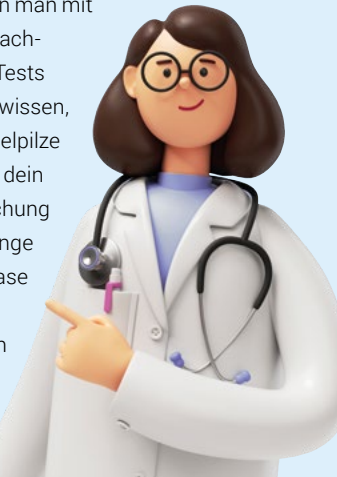
## Wie entsteht der Schimmelpilz?

Schimmelpilze können überall entstehen und kommen vor allem im Freien vor. Sie vermehren sich besonders gut bei feuchter Wärme. Schimmelpilze verbreiten sich mit Sporen durch die

Luft. Wenn die Luft warm und feucht ist, können sich die Pilzsporen zu einem Schimmelfleck entwickeln.

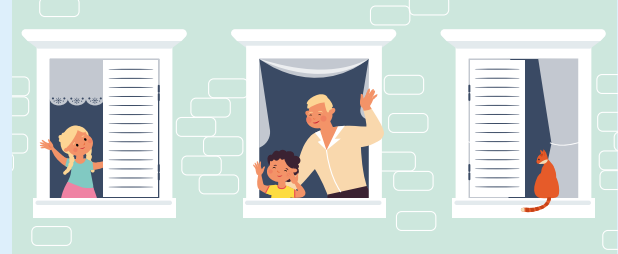
## Kann ich merken, dass ich eine Schimmelpilzallergie habe?

Ja. Wenn du allergisch auf bestimmte Schimmelpilzarten reagierst, bekommst du gerötete Augen, häufig Schnupfen, eine verstopfte Nase, Husten und manchmal Atemnot. Deine Allergie gegen Schimmelpilze kann man mit einem Hauttest oder im Bluttest nachweisen. Manchmal reichen diese Tests allerdings nicht aus, um sicher zu wissen, ob du eine Allergie gegen Schimmelpilze hast. Dann kann deine Ärztin oder dein Arzt noch eine genauere Untersuchung machen, bei der du eine kleine Menge Schimmelpilzextrakt z. B. in die Nase bekommst: Wenn du dann niesen musst oder deine Nase juckt, dann hast du eine Allergie.



## Kann ich etwas gegen Schimmelpilzallergie machen?

Ja, du solltest gut darauf achten, gar nicht erst mit Schimmelpilzen in Kontakt zu kommen. Damit drinnen der Schimmel erst gar nicht entsteht, kannst du alle Zimmer regelmäßig lüften (3- bis 4-mal am Tag für 15 Minuten).



Die Wohnung sollte nicht zu warm sein und du solltest keine Topfpflanzen im Schlafzimmer haben. Obst und Gemüse musst du vor dem Verzehr besonders gut waschen. Falls du ein Haustier hast, das im Zimmer einen Platz mit Einstreu braucht, sollte dies oft gewechselt werden.

Hier können Sie weitere Eltern- und Kinder-Flyer sowie ausführliche Informationen in Elternratgebern direkt auf Ihrem mobilen Endgerät speichern:



Übersicht aller Flyer



Elternratgeber Schimmelpilze



Weitere Elternratgeber

**Herausgeberin:** Gesellschaft für Pädiatrische Allergologie und Umweltmedizin  
Alle Rechte vorbehalten.  
**Bildnachweis:** Titelseite: 123rf | rioblanco, S. 4: 123rf | rioblanco, S. 5. oben: AdobeStock | GraphicsRF, S. 5 unten: AdobeStock | NeoLeo, S. 6: AdobeStock | MicroOne  
**Idee:** WAG Prävention / Allergie und Impfen  
**Text:** B. Uslu, S. Schmidt  
**Realisation:** iKOMM GmbH, Essen | **Gestaltung:** kipconcept gmbh, Bonn



## Eltern- und Kinderinformation

# Schimmelpilzallergie

Welche Symptome treten auf?  
Wie kann man sich vor Schimmelpilzbefall in der Wohnung oder im Freien schützen?

Dieses Falblatt wird von der GPA kostenlos abgegeben. Es ist nicht zum Weiterverkauf durch den Empfänger / die Empfängerin oder Dritte bestimmt.

## Liebe Eltern,

eine Schimmelpilzallergie gehört zu selteneren Allergien im Kindes- und Jugendalter. Unter den Schimmelpilzen gehört *Alternaria alternata* zu den Arten, die am häufigsten eine solche Allergie auslösen. Schimmelpilze sind allgemein weit verbreitet und kommen überall (draußen und drinnen) vor. Sie breiten sich durch Sporen in der Luft aus. Schimmelpilze wachsen immer auf organischem Material, wenn es nur lange genug ausreichend feucht und warm ist (z. B. auf Wänden schlecht isolierter Häuser und bei zu seltenem Lüften).

### Kann eine Schimmelpilzallergie schwere Symptome verursachen?

**Ja**, Schimmelpilze in der Luft können bei Personen, die eine Schimmelpilzallergie haben, durch Überempfindlichkeitsreaktionen einen Schnupfen, eine Bindehautentzündung oder ein Asthma bronchiale auslösen sowie eine Neurodermitis verschlechtern. Selten kann es zu einer Entzündung der kleinsten Verästelungen der Bronchien und durch freigesetzte Toxine (Giftstoffe) zu einer Schleimhautentzündung kommen.

### Kommen Schimmelpilze überall vor?

**Ja**, Schimmelpilze kommen sowohl im Freien als auch in geschlossenen Räumen vor. Die im Freien am häufigsten vorkommenden Schimmelpilze sind *Alternaria* und *Cladosporium*. Diese wachsen auf Blattoberflächen, Gräsern, Getreide und jeglichem Pflanzenabfall – häufig auch auf Komposthaufen mit Lebensmittelresten oder in der Biotonne – und in der Erde.

### Kann der Schimmelpilz auch in der Wohnung wachsen oder entstehen?

**Ja**, die im Freien vorkommenden Schimmelpilzsporen können beim Lüften in die Wohnung gelangen. Bestimmte Schimmelpilzarten, z. B. *Penicillium* und *Aspergillus*, können sich bei relativer Luftfeuchtigkeit ab 65 % und bei einer Raumtemperatur von 20 °C in der Wohnung vermehren. Das passiert vor allem dann, wenn die Innenräume wenig gelüftet werden. Schimmelpilze

können aber auch aus anderen Quellen in der Wohnung stammen, z. B. aus Nahrungsmitteln bzw. -resten oder dem feuchten Einstreu für Haustiere. Hat eine Person im Haushalt beruflichen Kontakt mit Pflanzen und Tierprodukten, bringt diese möglicherweise auch immer wieder Schimmelpilze mit der Kleidung von der Arbeit ins Haus.

### Gibt es Tests, mit denen sich die Diagnose stellen lässt?

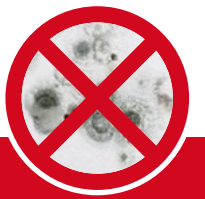
**Ja**, die Schimmelpilzallergie kann im Hauttest (sog. Pricktest) oder im Blut nachgewiesen werden. Da diese Testungen allerdings nicht so zuverlässig wie bei Pollen sind (weil die Testlösungen oder Labortests nicht standardisiert sind), ist für eine endgültige Diagnosestellung bzw. den Nachweis einer Schimmelpilzallergie eine weitere Untersuchung möglich. Bei dieser sogenannten nasalen oder konjunktivalen (Bindehaut des Auges) Provokation wird eine Lösung mit Schimmelpilzallergenen mit der Nasenschleimhaut oder Bindehaut in Kontakt gebracht. Wenn beim Kind oder bei der/dem Jugendlichen dann Juckreiz, Rötung, eine wässrige Absonderung sowie Niesen auftreten, besteht eine Schimmelpilzallergie.

### Gibt es eine Therapie gegen diese Allergie?

**Ja**, man kann versuchen, soweit möglich den Allergieauslöser zu meiden (s. rechts). Wenn dies zur Symptomlinderung nicht ausreicht, so werden je nach Krankheitsbild Medikamente gegen Asthma bronchiale und Allergien eingesetzt. Bei einer eindeutig nachgewiesenen Allergie gegen *Alternaria* mit beeinträchtigenden Symptomen kann eine Allergen-Immuntherapie erfolgen, auch Hyposensibilisierung genannt.

### Kann ich den Kontakt mit Schimmelpilzen vermeiden?

**Ja**, durch bestimmte Maßnahmen im Haushalt und im Allgemeinen lässt sich der Schimmelpilzbefall vermeiden und/oder reduzieren. Im Kasten sind Empfehlungen für den Aufenthalt im Freien und in Innenräumen bzw. zuhause aufgeführt, die für Personen sinnvoll sind, bei denen eine Ärztin oder ein Arzt eine Schimmelpilzallergie diagnostiziert hat.



### Präventivmaßnahmen gegen Schimmelpilz im Freien

- » Keine Gartenarbeiten und landwirtschaftliche Arbeiten durchführen
- » Nicht auf Rindenmulch oder verrottendem Laub spielen
- » Komposthaufen und Mähdrescher meiden

### Präventivmaßnahmen gegen Schimmelpilz in der Wohnung

- » Reduktion der Luftfeuchtigkeit (<65 %)
- » Optimale Raumtemperatur 20 °C
- » Regelmäßiges Stoßlüften insbesondere in Nassräumen (3- bis 4-mal/Tag für 10–15 Minuten)
- » Auf eine gute Luftzirkulation zwischen Möbeln und Boden, Decke und Wand achten (10 cm Mindestabstand insbesondere zu Außenwänden)
- » Keine Topfpflanzen im Schlafzimmer
- » Wintergarten geschlossen halten, regelmäßig Stoßlüften
- » Keine Luftbefeuchtung durch Klimaanlage und regelmäßige Wartung der Klimaanlage
- » Bei nachgewiesener Schimmelpilzallergie kein Aquarium halten
- » Einstreu für Haustiere häufig wechseln
- » Lebensmittel trocken lagern
- » Obst gut waschen, faulige Stellen herausschneiden
- » Nahrungsmittelreste entsorgen, den Bioabfall regelmäßig leeren und nicht neben der Heizung lagern
- » Schlecht isolierte Häuser mit feuchten Wänden und Schimmelpilzbefall vom Fachmann sanieren lassen