

Tipps, um allergische Reaktionen bei Kindern Zuhause zu minimieren



Wenn Kinder an Allergien leiden, die Symptome wie Niesen, laufende Nase, tränende Augen und juckender Hals oder Gaumen auslösen, suchen Eltern **nach einer Möglichkeit, ihren Kindern Erleichterung zu verschaffen.**

Wichtig ist, das Zuhause möglichst von Allergenen zu befreien. Wo diese sich am häufigsten aufhalten und wie man dafür sorgt, die Symptome, die sie auslösen, so gering wie möglich zu halten, lesen Sie weiter unten.

Wo verstecken sich Allergene?

In Kinder- oder Spielzimmern sind die **beliebtesten Orte¹** hier:



Kuscheltiere

Hausstaubmilben, Pollen und Hautschuppen können sich auf Plüschtieren ansammeln.

Teppiche & Wände

Hausstaubmilben und Pollen siedeln sich gern tief im Teppichflor an. Schimmel kann sich an Wänden und in Ecken bilden.



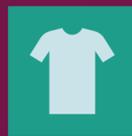
Dunkle Orte

Hausstaubmilben lieben es, sich hier zu verstecken.



Wohntextilien

Auch beliebte Orte bei Hausstaubmilben – zum Beispiel in Betten, Vorhängen und Kissen.



Feuchte Kleidung

Wenn Kleidung unachtsam beiseite geworfen wird, kann sie zu einem Zuhause für Schimmelpilze werden.

Wie Sie die Allergieanfälligkeit Ihres Kindes reduzieren können



Mit diesen **einfachen Veränderungen** Zuhause **minimieren Sie das Risiko**, Allergiesymptome auszulösen:



Im Kinderschlafzimmer

1



Schützen Sie die Matratze Ihres Kindes mit einem milbendichten Bezug (dieser besteht in der Regel aus einer Membran oder einem Mikrogewebe). Er verhindert, dass Staubmilben hindurchkommen².

2



Tauschen Sie Bettzeug aus Wolle, Federn oder Daunen gegen **antiallergische, synthetische Materialien** aus.

3



Wenn Sie Haustiere haben, versuchen Sie, sie vom Kinderzimmer fernzuhalten – **sie dürfen definitiv nicht dort schlafen.**

4



Halten Sie die Luft sauber. Ein Philips Luftreiniger hilft dabei, Allergene zu reduzieren und die Luftqualität zu kontrollieren.

5



Vergewissern Sie sich, dass alle Kleidungsstücke vollständig trocken sind, bevor sie in Schubladen und Schränken verstaut³ werden.



Im Spielzimmer

1



Wenn möglich, entscheiden Sie sich für einen **Hartholz- oder Linoleumboden**. Wenn Sie einen Teppich haben, sorgen Sie dafür, dass er regelmäßig gesaugt und shampooiert wird.

2



Halten Sie die Raumfeuchtigkeit bei 40 bis 60 %, um die Entstehung von Schimmelpilzen zu verhindern. Die Philips Luftbefeuchter und -entfeuchter sind gut geeignet, um die Luftfeuchtigkeit auf einem angenehmen Niveau zu halten.

3



Unordnung zieht Staub an, besser ist es, das **Spielzeug ordentlich verstaut in Plastikboxen** aufzubewahren, wenn es nicht gebraucht wird⁴.

4



Waschen Sie die Stofftiere Ihres Kindes alle zwei Wochen in heißem Wasser, am Besten in einem Kissenbezug. Idealerweise geben Sie sie im Anschluss für mindestens **45 Minuten bei großer Hitze in einen Trockner**⁵.

5



Als Alternative für **nicht waschbares Spielzeug** legen sie es **über Nacht in die Tiefkühltruhe**⁶.

Es gibt eine Reihe von Möglichkeiten, die Allergiesymptome von Kindern auch ohne Medikamente zu reduzieren. Unsere Produkte zur Luftverbesserung können dabei unterstützen. So wird das Zuhause zu einem Wohlfühlort.

1. https://msdh.ms.gov/msdhsite/_static/resources/2111.pdf

2. <https://www.allergystore.com/dust-mite-fabric-pore-size>

3. https://msdh.ms.gov/msdhsite/_static/resources/2111.pdf

4. <http://www.sheknows.com/parenting/articles/970049/cut-down-on-allergens-in-your-childs-bedroom>

5. <https://theallergygroup.com/Blog/ArticleID/44/Stuffed-Toys-%E2%80%93-A-Trigger-Of-Allergies-and-Asthma>

6. <http://www.toysadvice.co.uk/guide-toy-hygiene.html>