

Wichtige Information für Patienten mit Schimmelpilzallergie

Immer der Nase nach.

Der typische muffige Geruch in der Wohnung oder sichtbare Stockflecken an Wänden, auf Pflanzen, Schuhen oder Matratzen sind wichtige Hinweise für den Befall mit Schimmelpilzen.

Kontrollieren Sie daher sehr genau, besonders Feuchträume, also Badezimmer, Dusche und Keller.

Geben Sie dem Schimmel keine Chance.

- Beheben Sie Wasserschäden in Ihrer Wohnung sofort und vermeiden Sie Kondenswasserbildung.
- Beseitigen Sie feuchte Stellen hinter Kästen, Holzverkleidungen, Kacheln, Tapeten usw.
- Vermeiden Sie hohe Luftfeuchtigkeit.
- Lüften Sie Ihre Wohnung so oft und so gut wie möglich.
- Entfernen Sie alle Luftbefeuchter.
- Sorgen Sie für trockene Wände, Fussböden und Möbel.
- Kontrollieren bzw. wechseln Sie die Filter Ihrer Klimaanlage regelmässig.
- Trennen Sie sich von Ihren alten Matratzen, wenn diese Anzeichen von Schimmelbefall aufweisen.
- Halten Sie keine Zimmerpflanzen, auch keine Hydrokulturen.
- Beseitigen Sie Küchenabfälle möglichst rasch und halten Sie den Abfalleimer sauber.
- Lagern Sie verderbliche Nahrungsmittel wie Obst und Gemüse im Kühlschrank.
- Reinigen Sie Ihren Kühlschrank regelmässig.

Vorsicht bei der Gartenarbeit!

- Vermeiden Sie den Kontakt mit Kompost, Laub und Heu.
- Überlassen Sie das Rasenmähen und das Laubrechen besser anderen - hier werden regelrechte Wolken von Schimmelpilzsporen aufgewirbelt.

Wenn Sie bestimmte Nahrungsmittel nicht vertragen, kann das mit Ihrer Allergie in Zusammenhang stehen. Schimmelpilze leben oft auf und in verschiedenen Nahrungsmitteln (z.B. bestimmte Käse-, Obst- und Gemüsesorten), in Obstsäften und alkoholischen Getränken. Auch zur Herstellung vieler Nahrungsmittel und Getränke werden Schimmelpilze verschiedenster Art eingesetzt.