

# HUISSTOFMIJTALLERGIE IN HET KORT

## DE HUISSTOFMIJT

Huisstofmijten zijn microscopisch kleine beestjes en verwant aan spinnen. Ze leven van menselijke en dierlijke huidschilfers en gedijen het best bij een temperatuur van 20 °C tot 30 °C en een hoge vochtigheidsgraad (60-80%). Grote aantallen mijten komen voor in elk matras, kussen en dekbed, het hele jaar door. Hier is het klimaat om te vermenigvuldigen ideaal: vocht, warmte en voedsel. Ook tapijt en gestoffeerde meubels bevatten huisstofmijten. In de herfst neemt door de hogere vochtigheid dit aantal nog eens toe.

## KLACHTEN BIJ EEN HUISSTOFMIJTALLERGIE

In principe zijn huisstofmijten zelfs onschadelijk. Iedere huisstofmijt produceert uitwerpselen die we als stofdeeltjes inademen en die de oorzaak zijn van allergische klachten:

- benauwdheid, piepende ademhaling
  - verstopte neus
  - eczeem
  - hoesten
  - niesbuien
  - tranende, jeukende ogen
- Met name het bed is een grote klachtenbron; wij brengen immers vele uren in bed door en ademen deze stoffen dan in.

## ZORG VOOR EEN SCHOON HUIS

- Zorg voor een gladde vloerbedekking
  - Gebruik gesloten kasten en vermijd zo veel mogelijk gestoffeerd meubilair
  - Gebruik gordijnen van synthetisch materiaal
  - Zuig wekelijks het huis met een lekvrije stofzuiger voorzien van een extra uitblaasfilter of speciaal HEPA-filter
  - Gebruik zo nodig een anti-allergie spray voor gestoffeerde meubels
  - Stop met roken
  - Neem vloeren en meubels regelmatig vochtig af.
  - Houd huisdieren zoveel mogelijk buiten, in ieder geval buiten de slaapkamer
- Geef kinderen alleen knuffelbeesten die wasbaar zijn op 60°C

## ZORG VOOR EEN DROOG HUIS

- Schaf een hygrometer aan waarmee u het vochtgehalte in uw kuint bepalen
- Een relatieve vochtigheid van 40-50% is optimaal.
- Zorg voor voldoende ventilatie
- Beperk de vochtproductie in huis
- Zorg 's winters voor een gelijkmatige verwarming in huis



BAPMEDICAL  
MEDICAL CARE FOR THE SKIN

BAP Medical B.V.  
Laan van de Maagd 119, 7324 BT Apeldoorn  
Telefoon +31 (0)55 355 25 80

Fax +31 (0)55 355 91 98  
info@bap-medical.com  
www.bap-medical.com

medisch  
hulpmiddel  
klasse 1



medisch  
hulpmiddel  
klasse 1

Fax +31 (0)55 355 91 98  
info@bap-medical.com  
www.bap-medical.com

BAP Medical B.V.  
Laan van de Maagd 119, 7324 BT Apeldoorn  
Telefoon +31 (0)55 355 25 80



www.caracair.nl



**Garantie:**  
Cara Cair®-stof- en allergendichte hoezen zijn 10 jaar gegarandeerd op fabricage fouten, mits de gebruiksaanwijzing en de wasvoorschriften zijn opgevolgd.

**Wasvoorschrift:**  
• Hoezen 1 a 2 maal per jaar wassen op 60 °C.  
• Vrijhangend drogen.  
• Niet in de droger (mits lager dan 20 °C)  
• Niet strijken of bleken.

**Gebruiksaanwijzing:**  
Cara Cair®-stof- en allergendichte hoezen aanbrengen om matras, kussen en/of dekbed.  
Vooraf het dekbed eenmalig wassen bij 60 °C en matras en kussen goed laten luchten. Daarover heen doet u uw normale laken, sloop of dekbedhoes. Sla overdag het bed open zodat eventuele transpiratievocht goed verdamp.

- Maximale bescherming
- Optimaal slaapcomfort door een uitstekende doorlaatbaarheid voor waterdamp en lucht
- Volledige omsluiting van matras, kussen en dekbed geeft optimale bescherming
- Eenvoudig en duurzaam in gebruik
- Wasbaar bij 60° C

**CARA CAIR® STOF- EN ALLERGEENDICHTE HOEZEN GVEN OPTIMALE BESCHERMING TEGEN HUISSTOFMIJTALLERGENEN**



**Cara Cair® ALLERGEENDICHTE HOEZEN** Stof- en allergendichte hoezen voor matras, kussen en dekbed