

## Mensen en huisdieren



Mensen houden van huisdieren. Bijna 70% van de gezinnen heeft een dierlijke metgezel, en dat aantal groeit. Maar soms brengt het binnenhalen van onze harige vrienden enkele vervelende bijwerkingen met zich mee. Een van de grootste komt door allergie.

*Blijf lezen om alles te leren over huisdierallergieën. Begrijp wat ze zijn, wat het veroorzaakt, manieren om ze te behandelen en te voorkomen, en wat te doen als je vriendelijke vierpotige huisgenoot allergieën veroorzaakt bij iemand van wie je houdt.*

### Wat is een allergie?

Soms gedraagt ons lichaam zich op verrassende manieren. En soms zijn de dingen waar ons lichaam op reageert niet erg logisch. Wanneer we in contact komen met een anders onschadelijke stof die een immuunreactie veroorzaakt, wordt dit een allergie genoemd. De doorgaans onschadelijke stof die de reactie veroorzaakte, wordt een allergeen genoemd.

Allergische reacties kunnen mild of extreem ernstig zijn - in sommige gevallen zelfs dodelijk. Ze kunnen soms leiden tot astma of andere aandoeningen zoals sinusitis. In totaal hebben alle allergieën elk jaar invloed op meer dan 20% van de bevolking. Ze kosten ons ook elk jaar naar schatting vele miljoenen (in Nederland) tot vele miljarden (in Europa) euro's.

Om redenen die niet duidelijk zijn, lijken mensen tegenwoordig meer allergieën te krijgen dan 30 jaar geleden. Astma-gevallen zijn verdrievoudigd en andere vormen van allergieën - inclusief allergieën voor huisdieren - lijken toe te nemen.

## Allergiesymptomen door huisdieren



Als u vermoedt dat u een van de personen bent die gevoelig is voor allergieën door huisdieren, dan zijn er een aantal veel voorkomende symptomen waar u op moet letten.

Als u merkt dat u niest of een loopneus heeft nadat u tijd met een dier heeft doorgebracht, heeft u mogelijk een allergische reactie.

Hier zijn meer potentiële symptomen:

- Rode, jeukende, tranende ogen
- Netelroos of huiduitslag
- Sinusdruk en pijn (van congestie (verstopping))
- Als u vatbaar bent voor astma, kan uw borstkas te strak worden, kunt u meer hoesten en vindt u het misschien moeilijk om te ademen

Voor zeer gevoelige mensen duurt het slechts enkele minuten voordat symptomen verschijnen na contact.



## Wie krijgt huisdierallergieën?

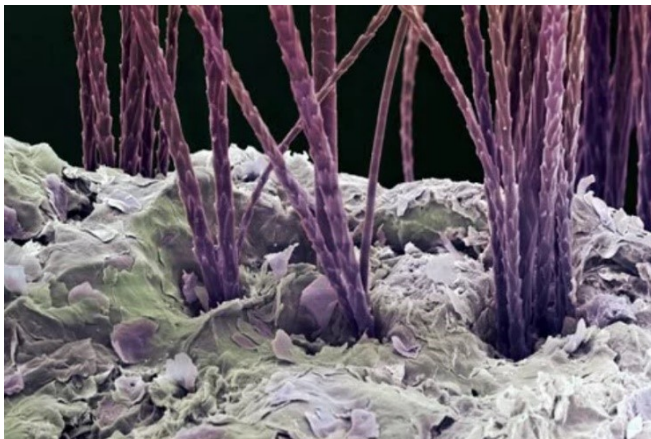
Onderzoeken tonen aan dat allergieën tegenwoordig meer voorkomen dan 30 jaar geleden, en dat is inclusief allergieën voor huisdieren. Deskundigen zijn het daar niet mee eens. Sommige theorieën omvatten een toename van hygiëne, een afname van fysieke activiteit en de impact van het broeikas-effect. Wat de reden ook is, allergieën voor huisdieren lijken ook toe te nemen. Een onderzoek toonde aan dat meer dan vijf keer zoveel mensen allergische reacties vertoonden op katten in de vroege jaren 90 dan dat ze hadden in de late jaren '70.

Onderzoekers hebben een verband gevonden tussen het blootstellen van baby's aan micro-organismen van huisdieren en een vermindering van huisdierallergieën. Wanneer een pasgeborene in de eerste paar maanden van zijn of haar leven wordt blootgesteld aan bepaalde microben die aan huisdieren zijn gekoppeld, neemt het risico van het kind om een allergische reactie op dat type dier te ontwikkelen (dus het ontwikkelen van allergie voor dat type dier) aanzienlijk af.

Een ander onderzoek heeft een verband aangetoond tussen hondenmicroben en een verminderd risico op astma - tenminste bij muizen. Muizen kregen supplementen van huishoudstof uit beide huizen met honden en huizen zonder honden. De muizen die het hondenhuisstof kregen, werden sterk beschermd tegen ademhalingsproblemen door allergieën.

## Huisdierproteïne Allergenen

Technisch gezien zijn het niet je huisdieren die je laten snuiven en niezen, het zijn hun eiwitten (proteïnen). Een familie van eiwitten die afkomstig zijn uit drie hoofdgroepen, zijn verantwoordelijk voor de meerderheid van deze symptomen. Dit zijn secretoglobinen, lipocalinen en kallikreinen. Hiervan is meer dan de helft van de harige dierlijke allergenen geïdentificeerd als lipocalinen, eiwitten die verantwoordelijk zijn voor het verplaatsen van vitamines, steroïden en andere stoffen door het hele lichaam.



Allergie-veroorzakende eiwitten worden op verschillende plaatsen bij katten en honden gevonden. Bij honden worden allergenen aangetroffen in het speeksel, huidschilfers, urine en haar (hiernaast is een close-up van hondenhaar en huidcellen afgebeeld). Bij katten zijn ze te vinden in de vacht, het speeksel en de huid.

© NAN-voorjaar 2018 "Mensen en Huisdieren"

Overname met schriftelijke toestemming en bronvermelding toegestaan





## Allergenen van de buitenwereld



Het zijn niet alleen de allergenen die uw huisdier produceert, en die u moet vermijden als u allergisch bent. Huisdieren kunnen ook andere allergenen in huis brengen. Dit zijn pollen van ambrosia en andere hooikoorts-opwekkende planten, schimmels, huisstofmijt, sporen en andere.

## Symptomen behandelen

De eerste en meest voor de hand liggende oplossing is om alle dieren te verwijderen die uw symptomen veroorzaken. Dat is niet altijd zo gemakkelijk of zelfs onmogelijk, afhankelijk van waar u woont en werkt. Dus als u huisdierallergenen niet kunt vermijden, volgen hier enkele andere nuttige oplossingen.

Mensen die erg gevoelig zijn, kunnen zelfs buiten de deur met symptomen in aanraking komen. Als dat het geval is, moet u antihistaminica, oogdruppels en neussprays klaar hebben staan, evenals bronchodilatoren als u vatbaar bent voor astma. Allergie-immunotherapieën kunnen ook voor u een goede keuze zijn. Praat met uw arts over de beste geneesmiddelen en therapieën die voor uw situatie beschikbaar zijn.

## Huisdierallergieën beheren

Soms is het aanstootgevende dier ook een deel van het gezin. Als je bij het dier leeft, houd het dan buiten als dat enigszins mogelijk is. Zo niet, houd dan een kamer huisdiervrij, bij voorkeur één zonder vloerbedekking. Bewaar een HEPA-luchtfilter in die ruimte en houd gestoffeerde meubels tot een minimum. Ondoordringbare slipcovers voor kussens zijn ook handig. Reinig en stofzuig regelmatig om huidschilfers en stof op een afstand te houden. Houd het huisdier van gestoffeerde meubels en laat iemand in huis die niet allergisch is, het dier buiten borstelen en het huisdier regelmatig wassen. Verander kleding na contact. En hoewel het moeilijk te weerstaan kan zijn, moet je je harige vriend niet knuffelen en kussen.



## Kun je een huisdierallergie overwinnen?

Soms kan blootstelling aan een allergeen in de loop van de tijd uw symptomen verminderen, maar dat is niet altijd het geval. Er is ook immunotherapie beschikbaar. Allergie-injecties werken door een extract van huidschilfers gemengd met zout water onder je huid te injecteren. Dit proces vereist verschillende injecties. Gedurende de eerste zes maanden moet u één keer per week een injectie krijgen. Na zes maanden kunt u de injectie eens in de twee tot vier weken met nog eens zes maanden beginnen. Als blijkt dat de immunotherapie helpt, kunt u dit regime gedurende maximaal vijf jaar voortzetten.

Dit kan een moeilijk proces zijn als u allergisch bent voor honden. Honden hebben niet één primair allergeen, dus het aanpassen van je lichaam aan dit proces kan een uitdaging zijn. Sommige onderzoekers geloven dat extracten van lage kwaliteit ook de schuld kunnen zijn voor mislukte allergie immunotherapieën.

## Zit het in het haar?



Hoewel het een algemeen geloof niet overtuigt, heeft de lengte van het haar van uw hond niets te maken met hoe waarschijnlijk het is om allergieën te veroorzaken. Hoeveel uw hond verliest doet er ook niet toe. Dus of uw hond lang haar of kort haar heeft, vaak of niet vaak wordt haar verliest, de allergische huidschilfers die aan de vacht plakken, kunnen problemen veroorzaken.



## Verlossing van huidschilfers



Als huidschilfers de boosdoener zijn als het gaat om hondenallergieën, wat kan eraan worden gedaan? Huidschilfers van huisdieren kunnen worden beheerst met een paar nuttige producten, samen met een waakzame reiniging. HEPA-luchtfilters werken door de lucht in uw huis te dwingen door fijnmazig gaas te stromen. Dit houdt zelfs de minuscule deeltjes tegen die kunnen veroorzaken dat uw immuunsysteem over



reageert. Deze reinigen meestal de lucht uit een enkele kamer, dus zorg ervoor dat het HEPA-filter dat u kiest groot genoeg is om de ruimte waarin u het plaatst te verwerken. Deze filters worden ook door sommige stofzuigers gebruikt.

U zult ook uw huis regelmatig en grondig willen reinigen om de huid te beschermen. Dit houdt in dat u uw beddengoed regelmatig schoonhoudt, één keer per week stofzuigt en dat vacuüm gebruikt op elk gestoffeerd oppervlak - niet alleen op de vloerbedekking. Als het kan, vervangt u tapijten met harde oppervlakken zoals hout of tegels. Vervang stoffen gordijnen en draperieën door materialen die kleine deeltjes niet op dezelfde manier opsluiten. Met een zorgvuldige reiniging en luchtfiltering kunt u veel van de allergenen in uw huis verwijderen en weglaten.



## Voor katten is het op de tong



Katten en honden veroorzaken allergieën op compleet verschillende manieren. Als het om katten gaat, zijn eiwitten in het speeksel vaak een belangrijke oorzaak van allergiesymptomen.

Omdat je katvriend graag schoon blijft door te likken, komt al dat speeksel ook op de vacht van je kat terecht. Wanneer het droogt, komen de eiwitten vrij in de lucht die je inademt.

Het eiwit dat de meeste problemen veroorzaakt, is Fel d 1. Fel d 1 is bijzonder kleverig, wat betekent dat het zich kan hechten aan oppervlakken waar katten nog nooit zijn geweest; bijvoorbeeld in kantoren, scholen en andere openbare plaatsen door het vervoer van de kattenallergenen op de kleding van katteneigenaren.

Aan de andere kant hebben plaatsen waar katten leven, de hoogste concentratie van het aanstootgevende eiwit. Zelfs als een katachtige uit een huis wordt verwijderd, kan het enkele maanden duren voordat aanwezigheid van de eiwitten in tapijten afnemen



en tot vijf jaar voordat ze in een matras afnemen. Het omhullen van de matras kan in dergelijke situaties de beste keuze zijn.

Terwijl alle katten het eiwit afschudden, geven sommige meer af dan andere. Mannelijke katers die niet gecastreerd zijn, werpen meer eiwitten af dan vrouwelijke katten omdat hun testosteron de productie van het eiwit stimuleert.

Katten die mijten of teken hebben, zullen ook meer kans hebben om hun eiwitten te verspreiden omdat ze vaker hun huid bijten en verzorgen.

Dus castratie van uw huisdier en het vrijhouden van irriterende plagen kan nuttige stappen zijn. Het is ook nuttig om je kat te baden. Kittens accepteren dit meestal meer, maar oudere katten kunnen ook geleidelijk aan dit reinigingsproces worden gewend.

## Bestaan er hypoallergene huisdieren?



Dit kan als een soort shock komen. Ondanks alles wat je hebt gehoord over katten en honden die zonder allergenen zijn gefokt - waarvan sommige \$ 20.000 of meer kosten - is er geen wetenschappelijk bewijs dat ze bestaan. Zeker, sommige huisdieren worden verkocht met behulp van deze claims, maar onderzoekers hebben geen significant verschil laten zien tussen dergelijke dieren en je typische viervoetige vriend.

Een onderzoek keek naar 173 huizen van hondenbezitters. Wetenschappers hebben de niveaus van een veelvoorkomend hondenallergeen-proteïne, Can f 1, gemeten. Ze hebben de huizen gegroepeerd in vier categorieën op basis van verschillende manieren om honden te classificeren voor mogelijke allergenen. Na het uitvoeren van het experiment, vonden de wetenschappers "geen statistisch significante verschillen" tussen huizen met hypoallergene honden en huizen met conventionele honden.





## Een huisdier kiezen

Je hebt het slechte nieuws al gelezen - hypoallergene huisdieren zijn een mythe. Maar het kan mogelijk zijn voor sommige mensen om een huisdier te vinden dat aangenamer is voor hun allergische symptomen dan anderen. Bepaalde hondenrassen lijken minder problemen te geven dan andere, maar dit verschilt van persoon tot persoon. Het verschilt ook van dier tot dier, waarbij sommige mensen eerder geneigd zijn allergieën te veroorzaken dan anderen.

**Met zoveel onvoorspelbaarheid en omdat we geen systeem hebben dat op betrouwbare wijze kan voorspellen welk huisdier mogelijk beter is voor welke familie waar kattenallergieën of hondenallergieën aanwezig zijn, is het het beste om een ras te vinden waarin u bent geïnteresseerd en te ontdekken voor jezelf of zo'n dier niezen en andere symptomen veroorzaakt.**

Zorg ervoor dat de allergie-patiënt wat tijd met een bepaald dier doorbrengt om te zien hoe het gaat voordat je een specifieke viervoetige vriend mee naar huis neemt.

## Afscheid nemen



Als uw allergiesymptomen chronisch en ernstig zijn, dan hebt u misschien geen andere keus dan van uw familievriend afscheid te nemen.



Overweeg voordat u dit doet echter om een afspraak te maken met een allergoloog. Allergologen en immunologen zijn medische professionals die speciaal zijn opgeleid om allergiebronnen te identificeren en om allergische mensen te helpen te plannen rond hun allergene omgevingen. Misschien kunnen ze aangeven dat met behulp van medicatie de klachten zo onderdrukt worden dat je je huisdier toch kunt houden. Ze kunnen zelfs ontdekken dat je helemaal niet allergisch bent voor huisdieren! Want veel mensen geloven dat ze een allergie voor huisdieren hebben, terwijl het in plaats daarvan veroorzaakt wordt door schimmels, huisstofmijt, stuifmeel of andere allergenen dan een dierlijke metgezel die de problemen veroorzaakt.