

**Zeitschrift:** Physioactive  
**Herausgeber:** Physioswiss / Schweizer Physiotherapie Verband  
**Band:** 44 (2008)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Allergien vermeiden in Praxisräumen = Eviter les allergies dans les cabinets  
**Autor:** Stalder, Karin  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-928782>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 30.03.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Allergien vermeiden in Praxisräumen

### Eviter les allergies dans les cabinets

KARIN STALDER, WISSENSCHAFTLICHE MITARBEITERIN AHA!  
COLLABORATRICE SCIENTIFIQUE DE «AHA!»

Vorbeugen ist besser als heilen – dies gilt insbesondere für Allergien. Praxisräume können so gestaltet werden, dass sie wenig allergische Reaktionen provozieren. Empfehlungen des Schweizerischen Zentrums für Allergie, Haut und Asthma aha!

**M**enschen können vielerorts Allergenen ausgesetzt sein, auch dort, wo sie behandelt werden. So gehen Allergiebetreffende auch in die Physiotherapie. Sie sind dankbar, wenn dort die Umgebung möglichst allergenarm ist. Eine Praxis allergenarm einzurichten, erfordert je nach Voraussetzungen nur kleine Veränderungen.

Grundsätzlich gelten für Praxisräume dieselben Empfehlungen wie für Privathaushalte von Allergikern: die Allergenkonzentration so tief wie möglich halten. Nachfolgend sind einige einfach umzusetzende Massnahmen aufgelistet.

- Möglichst wenig Stoffe in den Praxisräumen verwenden, um die Hausstaubmilbenkonzentration tief zu halten: keine Teppiche, keine Vorhänge, keine Polstermöbel.
- Lieber geschlossene Regale und Kommoden wählen, um Staubansammlungen zu vermeiden.
- Die Räume regelmässig lüften, um eine gute Luftqualität in der Praxis zu erreichen. Um die Pollenkonzentration in den Räumen zu senken, empfiehlt es sich, Pollenschutzgitter an den Fenstern anzubringen.
- Die Reinigung der Praxisräumlichkeiten mindestens einmal wöchentlich garantiert eine staub- und allergenarme Umgebung.
- Hunde sollen draussen vor der Praxis warten. Blinden- und Führhunde eventuell als Ausnahme zulassen. Danach lüften und den Boden feucht aufwischen.

Mieux vaut prévenir que guérir: ceci est particulièrement vrai pour les allergies. Vous pouvez aménager votre cabinet de manière à éviter au maximum les réactions allergiques. Voici les recommandations du Centre suisse pour l'allergie, la peau et l'asthme, «aha!».

**O**n peut être confronté à des agents allergènes n'importe où, même dans les cabinets médicaux. Les personnes souffrant d'allergie font également appel aux services de la physiothérapie. Elles sont reconnaissantes d'y trouver des cabinets aménagés de manière à susciter le moins d'allergies possibles. Et cela ne nécessite que très peu de changements.

De manière générale, les mêmes recommandations valent pour les cabinets médicaux que pour le domicile des personnes allergiques: la concentration d'allergènes doit être réduite au maximum. Pour cela, il convient de prendre quelques mesures simples que nous avons répertoriées ci-dessous:

- Utiliser le moins de tissus possible dans les cabinets de physiothérapie afin de réduire au maximum la concentration d'acariens: pas de tapis, pas de rideaux, pas de meubles capitonnés
- Préférer les étagères fermées et les commodes afin d'éviter l'accumulation de poussière
- Aérer régulièrement les pièces afin de garantir une bonne qualité de l'air dans le cabinet. Afin de diminuer la concentration de pollen dans la pièce, il est recommandé d'installer un filtre anti-pollen aux fenêtres
- En nettoyant le cabinet au moins une fois par semaine, vous serez certain d'avoir un environnement contenant peu de poussières et peu d'agents allergènes

- Pflanzen in den Praxisräumen bringen Freundlichkeit. Verzichten Sie aber auf den Ficus benjamina; er ist ein Kreuzallergen zum Latex.
- Keine Latexhandschuhe, sondern ungepuderte Vinylhandschuhe verwenden.

### Tipps für Renovation oder neue Räume

Bei einer anstehenden Renovation oder vor dem Bezug neuer Räumlichkeiten lohnt es sich, einige Massnahmen zu beachten, um die Praxis nicht unnötig mit allergenen Materialien zu belasten.

- Als Bodenbelag eignen sich in erster Linie glatte Beläge wie Parkett, Laminat oder Linoleum. Kann der Bodenbelag ohne Klebstoff verlegt werden, eignet er sich umso besser.
- Für den Anstrich der Wände sollten Silikatfarben bevorzugt werden. Sie sind rein mineralischen Ursprungs und geben somit praktisch keine Emissionen ab. Werden andere Farben verwendet, sollte eine genügend lange Lüftungszeit vor dem (Wieder-)Bezug der Praxis einberechnet werden. Die Emissionen können einige Wochen anhalten.
- Achtung: Auch natürliche Baustoffe können für Allergiker problematische Stoffe abgeben. Beispielsweise können pflanzliche Lösungsmittel in Naturfarben stark irritativ wirken.

## aha! – Kompetenzzentrum in Allergiefragen

Die Stiftung aha! wurde im Jahr 2000 als Nachfolgeorganisation des Vereins «Das Band» gegründet und ist von der Zewo (Zentralstelle für Wohlfahrtsunternehmen) zertifiziert. aha! versteht sich als Kompetenzzentrum in Allergiefragen und stellt Betroffenen vielfältige Dienstleistungsangebote in den Bereichen Information, Beratung und Schulung mehrheitlich kostenlos zur Verfügung. aha! pflegt engen Kontakt mit Fachorganisationen wie zum Beispiel der Schweizerischen Gesellschaft für Allergologie und Immunologie (SGAI). Die Stiftung finanziert sich über Gönnerbeiträge, Spenden, Kooperations- und Leistungsbeiträge.

In Ergänzung zur medizinischen Therapie sollen die Angebote von aha! Betroffene darin unterstützen, eigenverantwortlich zu einem besseren Umgang mit der Krankheit und zu mehr Lebensqualität zu finden:

- Les chiens doivent rester à l'extérieur du cabinet. Des exceptions peuvent être faites pour les chiens d'aveugle. Aérer ensuite la pièce et laver le sol
- Les plantes contribuent à rendre l'atmosphère du cabinet agréable. Eviter toutefois le Ficus benjamina qui peut provoquer des allergies croisées au latex
- Ne pas utiliser de gants en latex mais des gants en vinyle sans talc.

### Conseils en cas de rénovation ou de création de nouveaux locaux

Si vous vous apprêtez à rénover ou à emménager dans de nouveaux locaux, il est intéressant de respecter quelques mesures afin de ne pas aménager votre cabinet avec des matériaux susceptibles de provoquer des allergies:

- Préférez un revêtement de sol lisse comme le parquet, le stratifié ou le lino. Si le revêtement peut être posé sans colle, c'est encore mieux
- Préférez des peintures murales au silicate. Elles sont d'origine entièrement minérale et ne dégagent quasiment pas d'émanations. Si vous utilisez un autre type de peinture, prévoyez une durée suffisamment longue entre les travaux et l'emménagement ou le retour dans les locaux du cabinet. Les émanations peuvent perdurer plusieurs semaines
- Attention: même les matériaux naturels peuvent s'avérer problématiques pour une personne allergique. Par exemple, les solvants végétaux des peintures naturelles peuvent s'avérer très irritants.

## «aha!» – centre de compétence pour les questions d'allergie

La fondation «aha!» a été créée en 2000 pour succéder à l'association d'entraide «Das Band». Elle a été certifiée par le Zewo (Service spécialisé suisse des organisations d'utilité publique). «aha!» agit en qualité de centre de compétence pour les questions relatives aux allergies. L'organisation propose ses services aux personnes concernées en matière d'information, de conseil et de formation, la plupart du temps gratuitement. «aha!» entretient un contact étroit avec les organisations spécialisées comme la Société Suisse d'Allergologie et d'Immunologie. La fondation est financée par des dons, des legs, des émoluments de coopération et de prestation.

En complément du traitement médical, les offres de «aha!» visent à soutenir les personnes souffrant d'allergies, à leur permettre de mieux gérer leur maladie et à améliorer leur qualité de vie:

- Kostenlose Broschüren zu verschiedenen Allergien.
  - Die Zeitschrift aha!news, welche viermal jährlich erscheint, greift saisonale und aktuelle Themen auf und vermittelt sie in einer für Laien verständlichen Sprache.
  - Die aha!infoline gibt kostenlose Auskünfte für Betroffene, Betreuende und Fachpersonen. Im Zentrum steht die individuelle Beratung.
  - Diverse Ausbildungskurse für Betroffene und Fachpersonen: Allergie- und Asthmaschulungen für Erwachsene, Neurodermitis-Elternschulungen und Kinderschulungen für betroffene Familien, Gastro-schulungen für Fachpersonal in Restaurants, Hotels und im Offenverkauf, Weiterbildungen für medizinische Praxisassistentinnen etc.
  - Jedes Jahr werden zwei Lager für Kinder mit Asthma und Allergien organisiert. Die Kinder lernen in einem positiven Umfeld mehr über gutes Gesundheitsmanagement. Spiele, viel Sport und Bewegung sowie gezielte Trainingseinheiten sind wichtige Aspekte der einwöchigen Lager.
  - aha! engagiert sich als Kompetenzzentrum auf sozialer, politischer und wirtschaftlicher Ebene, um breite Kreise für die Interessen und Bedürfnisse von allergiebetreffenen Menschen zu sensibilisieren.
- «aha!» distribue des brochures gratuites sur les différentes allergies existantes
  - Le magazine «aha!news» paraît trimestriellement; il traite des thèmes saisonniers et actuels dans un langage compréhensible de tous
  - L'«aha!infoline» propose gratuitement ses renseignements aux personnes touchées, au personnel soignant et au personnel spécialisé. Le conseil individualisé est au centre du message délivré
  - Plusieurs cours de formation pour les personnes concernées et le personnel spécialisé: formations sur l'allergie et l'asthme pour les adultes, formations à l'attention des parents sur la neurodermite, formations pour les enfants des familles concernées, formations en gastronomie pour le personnel des restaurants, des hôtels et autres établissements de vente, formations continues pour les assistantes de cabinets médicaux etc.
  - Chaque année, «aha!» organise deux camps pour les enfants asthmatiques et allergiques. Dans un environnement positif, ils apprennent à mieux gérer leur santé. Ce camp d'une semaine propose des jeux, beaucoup de sport, des activités physiques ainsi que des unités d'entraînement.
  - En tant que centre de compétence, «aha!» s'engage sur le plan social, politique et économique afin de sensibiliser de larges cercles d'intéressés aux besoins des allergiques.

#### **Kontakt**

aha! Schweizerisches Zentrum für Allergie, Haut und Asthma  
Scheibenstrasse 20, 3014 Bern, Tel. 031 359 90 00  
info@ahaswiss.ch, www.ahaswiss.ch  
Infoline: 031 359 90 50  
Montag–Freitag 8.30–12.00, 13.30–16.30 Uhr

Polleninformationen vom Bundesamt für Meteorologie und Klimatologie:  
[www.pollenundallergie.ch](http://www.pollenundallergie.ch)

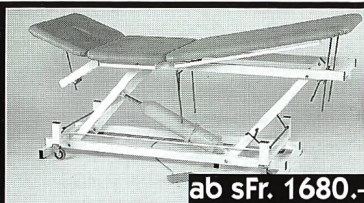
#### **Contact**

«aha!» Centre Suisse pour l'allergie, la peau et l'asthme  
Scheibenstrasse 20, 3014 Berne, Tél. 031 359 90 00  
info@ahaswiss.ch, www.ahaswiss.ch  
Infoline: 031 359 90 50  
lundi–vendredi 8.30–12.00, 13.30–16.30

Informations polliniques de l'Office fédéral de météorologie et de climatologie: [www.pollenundallergie.ch](http://www.pollenundallergie.ch)

**RehaTechnik**

- **Massage und Therapieliegen**
- **Schlingentische und Zubehör**



**IMELDA IN-ALBON  
RADLOFF**

Seeblick 545, 9405 Wienacht-Tobel  
Telefon 071 891 31 90  
i-a@bluewin.ch



**SportsArt**<sup>FITNESS</sup>  
Ergometer C570U/C580U



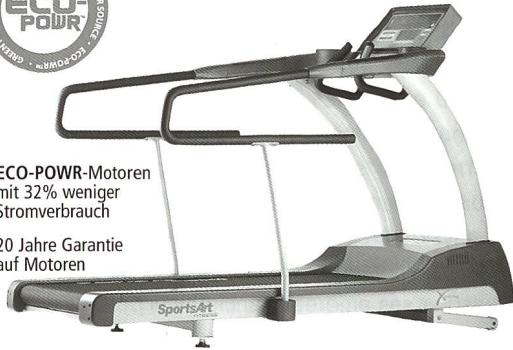
**SportsArt**<sup>FITNESS</sup>  
Liegeergometer C570R/C580R



**SportsArt**<sup>FITNESS</sup>  
Laufband T650M



- ECO-POWR Motoren mit 32% weniger Stromverbrauch
- 20 Jahre Garantie auf Motoren



**SportsArt**<sup>FITNESS</sup>  
Elliptical E870/E880

verstellbare  
Schrittlänge von  
45-73 cm



**SportsArt**<sup>FITNESS</sup>  
XT20 Crosstrainer



**SportsArt**<sup>FITNESS</sup>  
Krafttrainingsgeräte



**The Shark Fitness Company**



[www.sharkfitness.ch](http://www.sharkfitness.ch)

**Shark Fitness AG Professional Fitness Division**

Landstrasse 129 | 5430 Wettingen 2 | Tel.: 056 427 43 43 | [info@sharkfitness.ch](mailto:info@sharkfitness.ch) | [www.sharkfitness.ch](http://www.sharkfitness.ch)

Shark Fitness Shop Wettingen 5430 Wettingen | Tel.: 056 426 52 02

Shark Fitness Shop Wil 9500 Wil | Tel.: 071 931 51 51

