

Insektengift-Allergie

10 Tipps für einen sorgenfreien Besuch im Freibad

Linz, 5. Juli 2017 – **Bei den aktuell hohen Temperaturen ist in den Freibädern wieder richtig viel los. Damit auch Insektengift-Allergiker das Baden im Freien genießen können, müssen sie Vorsichtsmaßnahmen treffen. Denn nach einem Bienen- oder Wespenstich kann es rasch zu einer mitunter bedrohlichen allergischen Reaktion kommen. Priv.-Doz. Mag. Dr. Stefan Wöhrl vom Floridsdorfer Allergiezentrum in Wien gibt Allergikern zehn Tipps, wie sie sich richtig verhalten sollten.**

1. Halten Sie Ihr Handy und Ihre Notfallmedikation griffbereit

Treten im Fall eines Insektenstichs auffällige körperliche Reaktionen wie Kurzatmigkeit, Hautausschlag oder Übelkeit auf, sollte umgehend der Notarzt gerufen werden. Es empfiehlt sich daher, das Handy mit sich zu führen. Allergiker sollten ihre Notfallmedikation (allem voran einen Adrenalin-Pen) stets dabei haben. Die richtige Anwendung des Adrenalin-Pens muss regelmäßig geübt werden.

2. Klären Sie Ihre Freunde und Bekannten auf

Menschen, die bereits von einer Insektengiftallergie wissen, sollten Ihr Umfeld über die Allergie und notwendige Hilfsmaßnahmen aufklären. So wissen diese, was im Notfall zu tun ist.

3. Lassen Sie sich impfen

Eine Allergie-Impfung mit Insektengift bietet Allergikern wirkungsvollen Schutz vor einem potenziell lebensbedrohlichen allergischen Schock. Die sogenannte spezifische Immuntherapie (SIT) wird von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) ausdrücklich empfohlen und kann auch noch jetzt während der Saison gestartet werden.

4. Bleiben Sie cool

Viele Menschen reagieren panisch, wenn sie von einer Wespe umschwirrt werden. Doch das ist genau falsch, denn hektische Bewegungen machen die Insekten aggressiv. Bewahren Sie deshalb Ruhe und bewegen Sie sich langsam.

5. Tragen Sie helle Kleidung

Zugegeben: Im Freibad möchten sich viele Menschen auch sonnen. Doch wer auf Nummer sicher geht, zieht sich nach der Abkühlung klassische Sommerkleidung über: hell, leicht und eher eng anliegend. Bunte Farben ziehen die Insekten nämlich an; in weiten Kleidern verfangen sie sich leicht.

6. Verzichten Sie auf Parfüm

Benutzen Sie keine Sonnencreme mit intensivem Parfüm oder anderen Duftstoffen. Gleiches gilt für Deodorants und Haarspray. Der Grund: Insekten werden von intensiven Düften angezogen.

7. Laufen Sie nicht barfuß

Im Freibad läuft man gern barfuß über die Wiese bis zum Schwimmbecken. Besser ist es jedoch, Schuhe mit einer fest anliegenden Sohle zu tragen, da sich Bienen häufig in Bodennähe aufhalten, um Nektar zu sammeln. Wer aus Versehen auf eine Biene tritt, wird häufig auch gestochen, da sie sticht, um sich zu verteidigen.

8. Trinken Sie nicht aus geschlossenen Gefäßen

Wespen lieben zuckerhaltige Getränke und setzen sich gern in Trinkgläser oder an unverschlossene Flaschen. Versehentlich eine Wespe zu verschlucken, kann auch für Nicht-Allergiker sehr gefährlich werden – ein Stich in den Mund oder in den Hals sogar lebensbedrohlich. Deshalb unbedingt beachten: Nicht aus geschlossenen Gefäßen trinken (z.B. Dose, Trinkflasche).

9. Seien Sie achtsam beim Essen

Ob kleiner Snack oder großes Picknick: Decken Sie Speisen ab und schauen Sie immer genau hin, was Sie essen.

10. Meiden Sie Mülleimer

Wespen halten sich gerne in der Nähe von Mülleimern auf, da sie dort Nahrung im Überfluss finden. Gehen Sie auf Distanz zu Mülleimern im Freibad und meiden Sie öffentliche Mülltonnen. Ihren unterwegs anfallenden Abfall entsorgen Sie besser zu Hause.

Infotipp: Stichalarm – die App für Insektengift-Allergiker

„Stichalarm“ ist ein äußerst wertvoller Service für Insektengift-Allergiker. Die multifunktionale Anwendung ist zum einen ein umfassendes Nachschlagewerk, das allgemeine Informationen zu den wichtigsten Allergie-auslösenden Insekten sowie zur Diagnose und Therapie einer Allergie bietet. Mithilfe eines interaktiven Fragebogens kann man innerhalb von Minuten feststellen, ob ein erhöhtes Risiko einer Insektengift-Allergie vorliegt. Darüber hinaus findet man konkrete Tipps zur Vermeidung von Stichen sowie eine Anleitung für Erste-Hilfe-Maßnahmen. Über das integrierte Stichtagebuch können Insektenstiche und deren Nebenwirkungen aufgezeichnet und für ein persönliches Arztgespräch dokumentiert werden. Zum anderen haben die App-Nutzer nun immer für sie wichtige Services wie z.B. eine Facharztsuche auf ihrem Handy mit dabei. Die App wurde gemeinsam mit Allergologen entwickelt und steht für Android und iOS unter www.stichalarm.at zum kostenlosen Download zur Verfügung.

Über die Initiative Insektengift-Allergie

Die Initiative Insektengift-Allergie informiert Patienten, Angehörigen und Interessierte rund um Allergien auf Stiche von Wespen, Bienen, Hornissen und Hummeln. Unter dem Motto „Sicher durch den Sommer“ gibt es auf der Webseite www.initiative-insektengift.at umfassende Infos über Warnzeichen,

Vorbeugung, Behandlung und richtiges Verhalten im Notfall sowie Tipps und Hilfestellung. Ziel der Initiative ist die Aufklärung der Bevölkerung über die Gefahren von Insektenstichen, die Auslöser sowie die Behandlung der daraus resultierenden Allergie.

Kontakt für Journalisten-Rückfragen:

Elisabeth Leeb

[PR-Beratung › Medienarbeit › Text]

T: 0699/1 424 77 79

E: leeb.elisabeth@aon.at

Fotos in Printqualität finden Sie auf www.initiative-insektengift.at (Presse)

Elektronische Presseaussendungen

Wenn Sie in Zukunft keine elektronischen Presseaussendungen mehr erhalten wollen, dann antworten Sie bitte auf dieses Mail mit dem Betreff „Keine Presseinformation“. Wir werden Sie dann sofort aus allen Verteilern streichen.