

## Dossier Insectenbeten: vervelend en soms gevaarlijk.

Elke zomer worden duizenden mensen gestoken door wespen en bijen. Meestal blijft het bij een pijnlijke zwelling en wat jeuk, maar sommige mensen reageren allergisch op een steek. Bij die mensen kan er zelfs een levensbedreigende shock optreden. Een steek van een bij, een wesp of een hommelmot, is meestal een vervelend maar onschuldig incidentje. Op de plaats van de steek zwelt de huid, er is wat jeuk en het voelt pijnlijk aan. Na een paar uur of hoogstens een paar dagen is alle leed geleden. Afhankelijk van het aantal steken en van de plaats van de steek, kunnen de gevolgen echter ernstiger zijn.

Wie op korte tijd enkele tientallen steken krijgt, doet er best aan om zo snel mogelijk een arts te raadplegen omdat er altijd het risico bestaat op een ernstige veralgemeende reactie. Ook steken in het hoofd of de hals of in de mond of de keel, geven meestal aanleiding tot ernstiger reacties. In al die gevallen is het aangewezen om zo snel mogelijk een arts te raadplegen.

### Overgevoelighedsreactie

Sommige mensen reageren **allergisch** op een insectensteek. Bij een milde overgevoelighedsreactie ontstaan grote jeukende zwellingen die een paar dagen kunnen duren. Zelfs het hele been of de arm kunnen opgezwollen zijn.

- Ernstiger is een zogeheten **veralgemeende systeemreactie** die niet alleen gepaard gaat met lokale zwelling, maar waarbij ook andere symptomen kunnen optreden: rode ogen, een lopende neus, een plotse bloeddrukdaling die gepaard gaat met duizeligheid, opzwellen van het strottenhoofd of de luchtpijp waardoor men in ademhalingsnood komt, braken, enz.

Deze veralgemeende reactie treedt meestal binnen de 15 tot 30 minuten na de steek op. Indien er niet onmiddellijk ingegrepen wordt, kan er een anafylactische shock optreden waarbij ernstige hart- en ademhalingsstoornissen kunnen ontstaan.

Iemand die bij een vorige steek overgevoelig reageerde, loopt bij een volgende steek een hoger risico. Het risico op een veralgemeende reactie is echter onmogelijk te voorspellen. Naar schatting reageert 1% of ongeveer 100.000 Belgen op die manier op een insectenbeet.

### Wat moet men doen?

Meestal volstaat het om op de plaats van de steek ijs of een koude vochtige doek te leggen. Indien de angel er nog insteekt, moet die zo snel mogelijk worden verwijderd. Vermijd daarbij om het gifzakje leeg te duwen. Het best verwijdert u de angel met een pincet of met een schrapende beweging van de vingernagel, of met een naald.

- Een steek in de mond of de keel is altijd gevaarlijk. Men dient onmiddellijk een dokter te verwittigen, en intussen moet men proberen om de steekplaats met ijs af te koelen om de zwelling tegen te gaan.

- Wanneer er lokaal een hevige reactie optreedt (bv. een abnormale zwelling of zeer hevige jeuk) die na een paar uur niet spontaan verdwijnt, of die pas na een paar uur optreedt, raadpleegt u best een arts. Die zal eventueel een antihistaminicum (tegen de jeuk en de zwelling) voorschrijven, of een behandeling met corticosteroïden instellen.

Mensen die vroeger reeds een ernstige, algemene reactie vertoonden, moeten van de lente tot de zomer een noodpakket met **adrenaline** binnen handbereik hebben, zodat ze dit onmiddellijk kunnen inspuiten. Vraag hierover uitleg aan uw arts en leer het product inspuiten. Een antihistaminicum (dat ook gebruikt wordt tegen hooikoorts) vertraagt de reactie, maar volstaat niet om een eventuele shock te voorkomen.

Indien men geen noodpakket bij de hand heeft, dient men zo snel mogelijk naar een arts of een dienst spoedgevallen te gaan indien er aanwijzingen zijn van een ernstige en veralgemeende reactie (voor de symptomen, zie hoger)

### **Hyposensibilisatie**

Mensen die na een steek een ernstige veralgemeende reactie vertonen, kunnen overwegen om een zogeheten hyposensibilisatie toe te passen. Dit betekent dat men gedurende een bepaalde tijd steeds grotere dosissen van het insectengif inspuut waardoor het lichaam gewend raakt aan dat gif en de overgevoeligheid wordt afgebouwd. Deze behandeling wordt alleen toegepast bij mensen waarbij aan de hand van speciale huidtests is bewezen dat ze allergisch zijn voor bijen of wespen, en die een levensgevaarlijke reactie vertonen bij een steek, of die beroepshalve met bijen of wespen moeten omgaan.

Een hyposensibilisatiekuur duurt enkele maanden. Bovendien dienen deze mensen levenslang om de 2 à 3 maanden een nieuwe onderhoudsdosis te krijgen.

Een hyposensibilisatiekuur dient in een ziekenhuis of een goed uitgerust dokterskabinet te worden uitgevoerd om onmiddellijk te kunnen optreden indien er zich een probleem zou voordoen

### **10 gouden tips voor wie gevoelig is voor insecten**

1. Vermijd picknicks en barbecues. Zoetigheid, bier, charcuterie enz. trekken wespen aan. Laat nooit blikjes met frisdrank openstaan en drink zeker nooit uit een blikje frisdrank. Als er een wesp inzit, kan ze in de mond of de keel steken.
2. Vermijd de omgeving van vuilnisbakken en afgevallen fruit waarop wespen verzot zijn.
3. Vermijd fysiek werk waarbij u bezweet raakt. Zweet trekt bijen en wespen aan.
4. Indien u hagen moet scheren, in kreupelhout of aan dakgoten of op een oude zolder moet werken, controleer dan eerst of er geen wespennest in de buurt is.
5. Vermijd de omgeving van bijenkorven en bloemperken in bloei.
6. Draag geen felgekleurde of zwarte kleren of kleren met grote bloemetjesmotieven. Wit, groen en lichtbruin zijn het minst aantrekkelijk voor insecten.
7. Loop nooit blootsvoets door een grasveld. Bijen zijn verzot op de bloempjes van klaver en madeliefjes, en wespen kunnen een nest in de grond hebben.
8. Vermijd geurende deodorant, aftershave en zonnecrème. Zij trekken bijen en wespen aan.
9. Vermijd bruuske bewegingen wanneer er een wesp of bij in de buurt is. Sla zeker nooit een insect dood dat op uw lichaam is gaan zetten, maar schiet het eventueel met een vinger weg.
10. Dood geen bij of wesp in de buurt van het nest. Dit zal soortgenoten aantrekken. Probeer ook nooit zelf een wespennest uit te roeien, maar doe beroep op de brandweer.