

Alles over INSECTENGI FALLERGIE



Voel je vrij
van
allergie

 **ALK**

Allergy solutions for life



Heb je na een insectensteek last gekregen van jeuk en zwelling over je hele lichaam, moeite met ademen en/of slikken?

Mogelijk ben je dan allergisch voor insectengif. Het is belangrijk dat jij de controle hebt én houdt over je allergie. Dat kan alleen als je goed geïnformeerd bent over wat een allergie voor insectengif inhoudt en wat je eraan kunt doen, daarvoor is deze brochure. De eerste stap is dan gezet.

Goed om te weten: op [Allesoverallergie.nl](https://www.allesoverallergie.nl) vind je uitgebreide informatie over insectengifallergie, andere vormen van allergie, klachten en behandel mogelijkheden.

ALK. Voel je vrij van allergie.

Inhoud

Over allergie	4
Wat zijn allergenen?	4
Over insectengifallergie	5
Symptomen	7
Allesoverallergie.nl	9
Ken je deze handige tips al?	10
Behandeling van insectengifallergie	11
Vermijden van insecten	11
Verschillende behandel mogelijkheden	11
Symptoombestrijding bij lokale reacties ...	12
Noodmedicatie bij ernstige reacties	13
Allergie immunotherapie	15
Over ALK	16
Contact	16

Over allergie

Allergie is een reactie van het menselijk immuunsysteem op stoffen van buitenaf waar het lichaam normaal gesproken niet heftig op hoort te reageren. De stoffen die bij mensen zo'n heftige reactie veroorzaken, noemen we allergenen. Bekende allergenen zijn bijvoorbeeld insectengif, gras- en boompollen (hooikoorts), huisstofmijten, huidschilfers van huisdieren en voedsel.

Er zijn verschillende factoren van invloed op het ontwikkelen van een allergie. Toch is er over de oorzaken van allergie niet veel bekend.

Wat zijn allergenen?

Allergenen zijn op zich onschuldige stoffen waar het afweersysteem op reageert alsof ze schadelijk zijn. Door contact met deze allergenen kunnen allergische reacties optreden. Allergenen worden opgedeeld in verschillende groepen, bijvoorbeeld naar wijze van blootstelling.

We maken onderscheid tussen voedselallergenen, contactallergenen en inhalatie-allergenen (bijv. graspollen of huisstofmijten). Een allergie voor deze allergenen komt vaak voor.

In deze brochure vind je meer informatie over een allergie voor insectengif. Dit is een allergie die iets minder vaak voorkomt maar waarbij mensen uitzonderlijk heftig reageren op een steek van een bij of wesp.



Over insectengifallergie

Muggen, dazen, horzels en andere insecten die wel eens bijten of steken veroorzaken zelden een ernstige allergische reactie. Het gif van bijen, wespen en hommels kan wel zeer ernstige allergische reacties geven.

Wanneer een bij, wesp of hommelt steekt, wordt er gif in de huid gespoten. Bij mensen die niet allergisch zijn, ontstaat op de steekplaats een rood, jeukend en soms pijnlijk bultje. Dit bultje verdwijnt binnen een paar dagen.

Sommige mensen reageren uitzonderlijk heftig op een bijen- of wespenteek. Zo'n heftige reactie duidt meestal op een allergie voor bijen- en/of wespengif.

Wespen zijn verantwoordelijk voor 80-85% van de insectensteken in deze regio. De meeste steken vinden plaats aan het einde van de zomer wanneer het voedsel in de natuur op raakt.

Bij een eerste steek zal je meestal niet zeer ernstig allergisch reageren, wel kan de allergie dan volledig opgebouwd worden. Hierdoor kan bij een volgende steek een levensgevaarlijke situatie ontstaan.

Het is belangrijk te weten door welk insect je gestoken bent vanwege het vermijden van deze insecten en een eventuele behandeling.



Wespen zijn te herkennen aan hun kenmerkende 'wespentaille' en hun geel met zwart gestreepte lijf.



Bijen zijn bruin met zwart gekleurd waarbij de strepen niet heel duidelijk zichtbaar zijn. Ze hebben meer beharing op hun lijf dan wespen. Na een steek blijft de angel meestal achter in de huid.



Hommels zijn bol van vorm en hebben veel beharing. Ze zijn zwart geel/oranje gestreept en hebben 'een wit kontje'.

Referentie: Zie o.a. Allergie voor insecten, 2015

Symptomen

Als je een allergie voor insectengif hebt, krijg je meestal binnen 15 minuten na de steek klachten. Heel soms beginnen de klachten pas na een uur.

Na een steek van een bij of wesp is het van belang om de angel zo snel mogelijk te verwijderen. Kras de angel met je nagel of een mesje weg. Trek de angel nooit tussen twee vingers of met een pincet uit de huid, het gifzakje kan hierdoor verder leeg geknepen worden. Direct na het verwijderen van de angel moet de steekplaats worden uitgezogen.

Klachten zoals jeuk en zwelling rond de plaats waar je bent gestoken komen regelmatig voor bij insectengifallergie en ontwikkelen zich in de uren na de steek. De zwelling kan variëren in grootte van een kleine bult op de plaats van de steek tot een zwelling van bijvoorbeeld je hele arm.


In principe zijn deze 'large local' reacties, hoe vervelend en pijnlijk ook, onschuldig. Ze zeggen ook niets over het ontwikkelen van een heftige reactie bij een volgende steek.



Wanneer je in je keel wordt gestoken moet je uit voorzorg naar je huisarts, huisartsenpost of spoedeisende hulp afdeling in het ziekenhuis gaan. Een zwelling in je keel kan gevaarlijk zijn, je kunt hierdoor stikken.

Naast lokale reacties kun je ook klachten krijgen waarbij meerdere organen betrokken zijn zoals de huid, maag/darmkanaal, longen, hart en bloedvaten en het centrale zenuwstelsel.

Deze reacties treden meestal binnen een kwartier na de steek op en wordt een 'systemische reacties' genoemd.



70% van de patiënten reageert binnen een kwartier op een steek van een bij of wesp en slechts 2% pas na een uur.



Symptomen die voor kunnen komen bij een systemische reactie zijn: jeuk en zwelling over het hele lichaam, zwelling van de ogen, lippen, keel en/of tong, moeite met ademen, slikken en/of spreken.

Andere klachten die kunnen ontstaan zijn duizeligheid, heftige hoofdpijn en maag/darmklachten, zoals misselijkheid, braken en/of diarree.

In de meest ernstige gevallen kun je last krijgen van een sterke bloeddrukval, hartritmestoornissen, bewustzijnsverlies, shock en/of een hartstilstand.

Allesoverallergie.nl



Scan de QR-code (links in de bol) en vind meer informatie over insecten, hun leefwijze, insectengifallergie. Klachten en behandel mogelijkheden.



Ken je deze handige tips al?

- Kom bij voorkeur niet in de buurt van bloeiende bloemen of overrijp fruit en wees voorzichtig bij het plukken van bloemen en fruit.
- Vermijd vuilnisbakken en afvalcontainers.
- Laat tijdens het eten in de vrije natuur (picknick) geen zoetigheden of etensresten liggen.
- Drink niet rechtstreeks uit een blikje, er kan een insect in het blikje zitten.
- Loop buiten niet op blote voeten want bijen houden van klaver en wespen leven ook in de grond.
- Vermijd het gebruik van parfum, haarspray en andere sterk geparfumeerde cosmetica.
- Vermijd snelle bewegingen als er een bij of wesp in de buurt is, sla nooit naar het insect.
- Plaats voor ramen en deuren een insectenhor.
- Wil je meer handige tips? Kijk op [Allesoverallergie.nl](https://www.allesoverallergie.nl)

Behandeling van insectengifallergie

Er zijn gelukkig veel mogelijkheden om je vrij te maken van de last van insectengifallergie. De behandeling bestaat uit het vermijden van allergenen aan de ene kant en verschillende behandelmogelijkheden aan de andere kant.

Vermijden van insecten

Het vermijden van allergenen -het niet in contact komen met de stof die de allergische reactie veroorzaakt- is niet altijd even makkelijk. In het geval van insectengifallergie is het zelfs bijna onmogelijk omdat in de zomermaanden, wanneer je veel buiten bent, de insecten ook aanwezig zijn.

Wel kun je blootstelling aan bijen of wespen zoveel mogelijk beperken. Op pagina 10 vind je een overzicht met handige tips om ervoor te zorgen dat je zo min mogelijk in contact komt met insecten.

Verschillende behandelmogelijkheden

Het kan gebeuren dat je ondanks alle voorzorgsmaatregelen toch gestoken wordt en klachten krijgt. Dan zijn er grofweg drie behandelmogelijkheden:

Symptoombestrijding
bij lokale reacties

Noodmedicatie bij
ernstige reacties

Allergie
immunotherapie

BEHANDELMOGELIJKHEDEN →

Symptoombestrijding bij lokale reacties

De behandeling van een (forse) lokale reactie na een steek van een bij of wesp is in eerste instantie gericht op het verwijderen van de angel zoals beschreven staat op pagina 7. Artsen spreken van een forse lokale reactie als de doorsnede van de zwelling groter is dan 10 cm.

Naast het verwijderen van de angel is de lokale behandeling gericht op het verminderen van de pijn, de jeuk en/of de zwelling.

Pijn, jeuk en zwelling kunnen worden bestreden door plaatselijke koeling (bijvoorbeeld een koud kompres), het gebruik van antihistaminica en/of het smeren van een lokaal corticosteroid (crème).

Diverse middelen zijn vrij verkrijgbaar bij de drogist en/of apotheek. In alle gevallen is het verstandig om de plaats van de steek goed te ontsmetten.



Noodmedicatie bij ernstige reacties

Bij klachten en verschijnselen die wijzen op een ernstige allergische (anafylactische) reactie is snel ingrijpen van groot belang. Anafylaxie is een zéér ernstige allergische reactie die plotseling optreedt en waarbij meerdere organen betrokken zijn.

Een anafylactische reactie kan zeer snel ontstaan en urenlang aanhouden. De klachten die bij zo'n reactie ontstaan, kunnen in ernst variëren. Daarom is het goed om alert te zijn op de signalen van je lichaam.

Bij een anafylactische reactie is er altijd sprake van een combinatie van de volgende symptomen:

- ⊢ Jeuk van de huid
- ⊢ Huiduitslag (zoals netelroos)
- ⊢ Blozen
- ⊢ Zwelling van de lippen, keel, tong, handen en/of voeten
- ⊢ Piepende ademhaling
- ⊢ Heesheid
- ⊢ Kortademigheid
- ⊢ Misselijkheid
- ⊢ Braken
- ⊢ Buikkrampen/diarree
- ⊢ Verlies van bewustzijn

Als jij of iemand in je omgeving één of meer van de bovenstaande symptomen vertoont, schakel dan zo snel mogelijk medische hulp in.

Heb je in het verleden een ernstige allergische reactie doorgemaakt na een steek van bijvoorbeeld een bij of wesp dan heb je mogelijk een adrenaline auto-injector voorgeschreven gekregen.

Een adrenaline auto-injector is een gebruiksvriendelijke automatische injectiespuit ter grootte van een dikke balpen waarmee je jezelf eenvoudig een afgemete dosis adrenaline kan (laten) toedienen.

De eerste noodbehandeling voor anafylaxie is namelijk de onmiddellijke toediening van adrenaline. Adrenaline werkt direct op je hart, bloedvaten en longen en kan fatale gevolgen van anafylaxie voorkomen.

Let op!

Een adrenaline auto-injector is bedoeld voor éénmalig gebruik tijdens een noodsituatie en is **géén** vervanging voor een medische behandeling. Na gebruik moet je daarom direct medische hulp zoeken. Bel onmiddellijk je arts en/of 112 of ga naar de dichtstbijzijnde (huis)arts of het ziekenhuis.





Allergie immunotherapie

Allergie immunotherapie bestaat uit het geven van een gecontroleerde hoeveelheid van de stof (allergeen) waarvoor het lichaam allergisch is, om zodoende het lichaam te helpen tolerantie tegenover het betreffende allergeen op te bouwen.

De aanbevolen behandelperiode met allergie immunotherapie is minimaal 3 jaar. Het is belangrijk je hieraan te houden om ervoor te zorgen dat de tolerantie van het lichaam tegenover het allergeen wordt vergroot en een zo goed mogelijk effect wordt verkregen.

Allergie immunotherapie voor de behandeling van insectengifallergie is verkrijgbaar in de vorm van injecties en is uitsluitend op recept van een arts verkrijgbaar.

Meer informatie over de behandelmogelijkheden vind je op Allesoverallergie.nl

Over ALK

Een frisse neus, een heldere blik en de langste adem; allemaal dingen die je dag kunnen maken. Helaas is dit voor miljoenen mensen niet zelf te bepalen.

Wij zijn ALK.

Al honderd jaar strijden we voor onze missie: een wereld vrij van de last van allergie.

Ons team werkt continu aan slimme oplossingen voor een betere kwaliteit van leven; onderbouwd en effectief, mensgericht en vooruitstrevend.

Met onze hoogwaardige producten en programma's pakken we allergie bij de oorzaak aan, zodat we écht impact maken, je leven lang.

Genieten van het leven doe je het liefst allergievrij. Samen met jou komen we elke dag dichterbij.

Maak gebruik van onze kennis en ervaring, en kom in beweging. Op naar een toekomst vol nieuwe mogelijkheden!

ALK. Voel je vrij van allergie.

.....

Contact

Neem voor vragen over insectengifallergie contact op met je behandelend arts. Daarnaast kun je voor meer informatie terecht op de volgende websites:

Nederland

www.allesoverallergie.nl

www.alk.net/nl

België

www.allesoverallergie.nl

www.alk.net/be



Allergy solutions for life