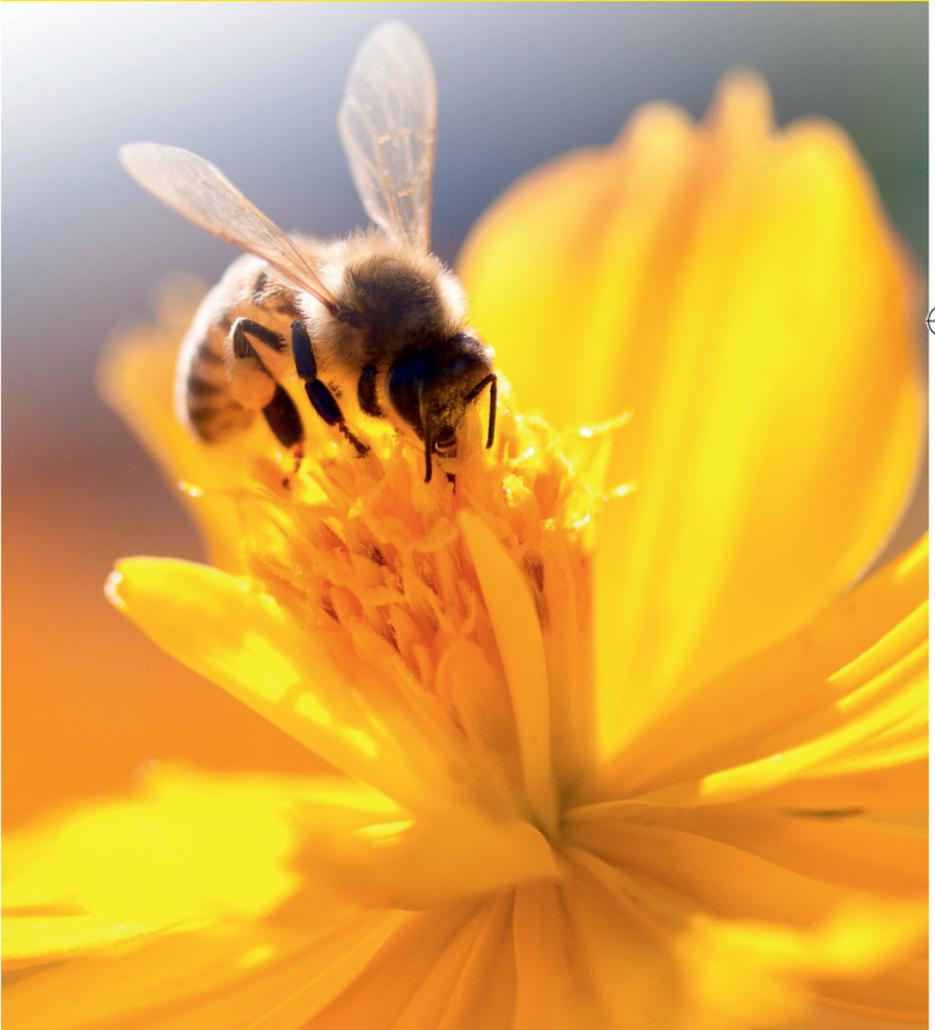


INSEKTEN

Tipps und Hinweise
für Allergikerinnen und Allergiker



Mehr Informationen auf:
insektengift-allergie.ch

INITIATIVE
INSEKTENGIFT-
ALLERGIE





INHALT

- 04 Steckbrief der Insekten
- 04 Wichtigste Auslöser von Insektengift-Allergien
- 07 Insektenflugkalender
- 08 Wie entsteht eine Insektengift-Allergie?
- 10 Allergische Reaktionen auf Insektengift
- 12 Diagnose einer Insektengift-Allergie
- 13 Hinweise zur Stichvermeidung
- 14 Wichtige Massnahmen für Insektengift-allergikerinnen und -allergiker
- 15 Allgemeines zur Allergie-Immuntherapie
- 16 Durchführung der Allergie-Immuntherapie
- 18 Selbsttest Insektengift-Allergie



LIEBE ALLERGIE-PATIENTIN, LIEBER ALLERGIE-PATIENT

Einige stechende Insekten können beim Menschen eine Insektengift-Allergie auslösen. In der Schweiz gehören Bienen, Wespen, Hummeln und Hornissen dazu. Auf Grund ihrer grossen Anzahl und der Nähe zu den Menschen sind dabei die Bienen und Wespen besonders wichtig. Mit steigenden Temperaturen schwärmen sie in Scharen aus.

Bereits der erste Stich kann so empfindlich machen, dass schon der nächste den gefürchteten **„allergischen Kreislaufschock“ (anaphylaktischer Schock)** auslösen kann, der im schlimmsten Fall tödlich ist. Medien berichten immer wieder über solche dramatischen Zwischenfälle, die durch allergische Reaktionen auf Insektenstiche hervorgerufen werden.

Eine rechtzeitige Behandlung durch eine Allergie-Immuntherapie kann vor späteren schweren allergischen Reaktionen schützen und erhöht somit die Lebensqualität. **Aus diesem Grund ist es wichtig, Allergien bald nach einem Stich zu behandeln.**

Diese Broschüre verfolgt das Ziel, Sie über die Mechanismen der allergischen Reaktion, die Allergieauslöser, die Diagnose der Insektengift-Allergie sowie die Behandlungsmöglichkeiten zu informieren.

INITIATIVE
INSEKTENGIFT-
ALLERGIE



STECKBRIEF DER INSEKTEN

Bestandteile aus dem Gift von Insekten können bei Allergikerinnen und Allergikern schwere, potenziell lebensbedrohliche Reaktionen hervorrufen.

Jedes Jahr sterben in der Schweiz 3–4 Menschen* an den Folgen eines Stiches, hunderte landen in der Notaufnahme.

Aktuelle Untersuchungen aus Deutschland, Österreich und der Schweiz bestätigen, dass eine Insektengift-Allergie bei Erwachsenen der wichtigste Auslöser von schweren allergischen Reaktionen ist, bei Kindern kommt sie nach Nahrungsmittelallergien an zweiter Stelle.

WICHTIGSTE AUSLÖSER VON INSEKTENGIFT-ALLERGIEN



*Quelle: <https://www.usz.ch/krankheit/insektengiftallergie>, Stand April 2023





WESPE ●●●

Grösse: ca. 1,5 cm lang

Aussehen: schwarz-gelbe Bänderung

Besonderheiten: sehr ausgeprägte Wespentaille

Verhalten: eher aggressiv



BIENE ●●

Grösse: ca. 1,5 cm lang

Aussehen: Hinterleib bräunlich mit wenig auffälliger Bänderung

Besonderheiten: behaart

Verhalten: gutmütig, wenig aggressiv



HUMMEL ●

Grösse: ca. 2 cm lang

Aussehen: braun- oder schwarz-weiße Bänderung

Besonderheiten: stärker behaart als Biene

Verhalten: sehr gutmütig



HORNISSE ●

Grösse: ca. 3 cm lang

Aussehen: auffällig schwarz-gelbe Bänderung

Besonderheiten: unterscheidet sich durch ihre Grösse von der Wespe

Verhalten: wenig aggressiv

Allergene Bedeutung:

●●● sehr hoch ●● hoch ● mässig

WESPEN sind Räuber und daher in ihrem Verhalten aggressiver als Bienen. Deshalb sind sie **die bedeutendsten Auslöser der Insektengift-Allergie**. Sie ernähren sich v. a. von anderen Insekten und zuckerhaltigen Stoffen (z. B. überreifem Obst), im Herbst auch von Fleisch, Wurst und süssen Lebensmitteln. Wespen sind in grosser Zahl v. a. im Sommer und Herbst anzutreffen, danach geht der Wespenstaat zugrunde – nur die Königin überwintert. Der Wespenstachel verbleibt nach einem Stich nur selten in der Haut.

BIENEN sind gutmütige, wenig aggressive Insekten (ausser am Bienenstock), die sich v. a. von Nektar und Pollen ernähren. Stiche treten häufig beim Barfussgehen in der Wiese auf. Bienenvölker überwintern, daher fliegen **sie vom Frühjahr bis zum Herbst** aber auch an **warmen Wintertagen** aus. Der Bienenstachel verbleibt nach einem Stich meist, aber nicht immer samt Giftsack in der Haut. Dadurch ist die abgegebene Giftmenge bei Bienenstichen oft relativ hoch.

HORNISSEN sind wenig aggressiv und spielen auch zahlenmässig eine untergeordnete Rolle. Ein Hornissenstich ist zwar schmerzhafter, aber nicht gefährlicher als ein Bienen- oder Wespenstich.

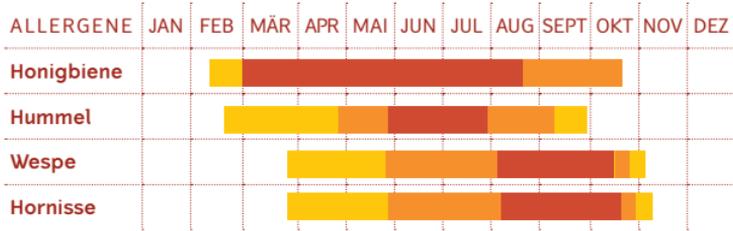
HUMMELN sind sehr gutmütig und stechen noch zurückhaltender als Bienen. Ihr Stachel besitzt im Gegensatz zu diesen keine Widerhaken, daher überleben Hummeln den Stich. Hummeln stechen nur bei massiver Bedrohung oder, um ihr Nest zu verteidigen. Hummelstiche kommen meist bei Züchtern oder Arbeitern von Obst- und Gemüseplantagen vor.

Mehr Informationen zu allergischen Reaktionen finden Sie auf www.insektengift-allergie.ch



INSEKTENFLUGKALENDER

Der Insektenflugkalender zeigt, in welchen Monaten die Insekten normalerweise am aktivsten sind, Abweichungen durch längere Winter oder andere Wettereinflüsse sind aber möglich.



● Sporadische Belastung
 ● Mässige Belastung
 ● Starke Belastung

WUSSTEN SIE, DASS ...



... **Bienen** grosse mehrjährige Völker mit bis zu 40'000 Arbeiterinnen bilden? Die Flugzeit erstreckt sich von Ende Februar bis Anfang Oktober.

... **Wespen** aus Völkern mit bis zu 4'000 Individuen bestehen? Da bei den Wespen nur die Königin überwintert und im Frühjahr einen neuen Staat aufbaut, sind Wespen in grosser Zahl erst von Juli bis September anzutreffen.

WIE ENTSTEHT EINE INSEKTENGIFT-ALLERGIE?

Eine Allergie entsteht, wenn das Immunsystem auf Bestandteile des Insektengiftes reagiert, weil es diese fälschlicherweise als „bedrohliche Eindringlinge“ empfindet.

Stoffe, die eine allergische Reaktion auslösen können, werden als **Allergene** bezeichnet. Der Körper bildet zum Schutz dann sogenannte Antikörper.

Das Gift gelangt beim Stich durch den Stachel in den Körper. Bei einer allergischen Person antwortet diese mit einer heftigen Abwehrreaktion. Eine wichtige Rolle spielt dabei der Botenstoff **Histamin**, der die typischen allergischen Symptome auslöst.

WUSSTEN SIE, DASS ...

... rund **3,5 Prozent** der Schweizerinnen und Schweizer von einer potenziell lebensbedrohlichen Insektengiftallergie betroffen sind?*

*Quelle: aha! Allergiezentrum Schweiz, Medienmitteilung, 21. Juni 2022



MECHANISMUS DER ALLERGISCHEN REAKTION

1. Erster Stich

Das Immunsystem wird sensibilisiert



Insektengift



Überproduktion von Antikörpern (IgE)



Mastzelle
Sensibilisierung = Mastzellen aktiviert



Das Immunsystem = reaktionsbereit

2. Zweiter Stich

Das Immunsystem reagiert allergisch



Bindung des Allergens an IgE-Antikörper



Freisetzung von Botenstoffen (Mediatoren) z. B. Histamin



Allergische Reaktion

ALLERGISCHE REAKTIONEN AUF INSEKTENGIFT

Bei einer Insektengift-Allergie treten kurz nach dem Stich unterschiedliche Symptome auf, die von einer örtlichen Reaktion bis hin zu einer schweren lebensbedrohlichen Reaktion (anaphylaktischer Schock) reichen können.

NORMALE ÖRTLICHE (LOKALE) REAKTION

Ein normal empfindlicher Mensch wird von einer Biene oder Wespe gestochen. Rund um die **Stichstelle** bildet sich durch die Wirkung des Giftes eine gerötete Schwellung, die mehr oder weniger stark schmerzt oder juckt. Das ist nicht angenehm, aber eine normale Reaktion auf die „toxischen“ Bestandteile des Giftes. Die Schwellung klingt normalerweise innerhalb von 24 Stunden wieder ab.

ALLERGISCHE REAKTION

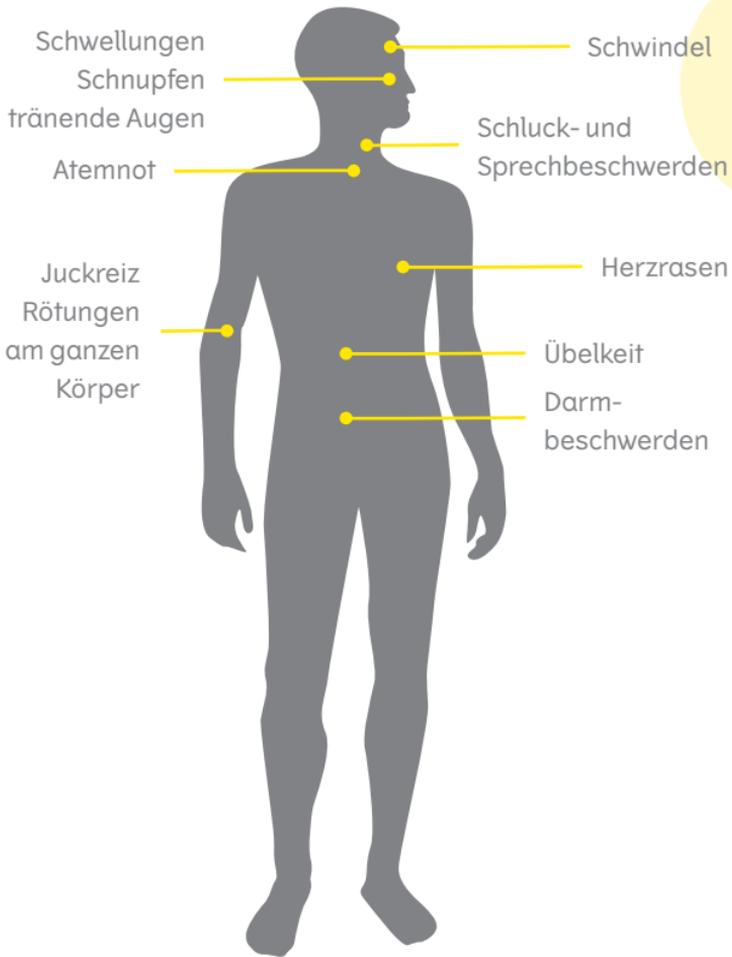
Ein auf Insektengift allergischer Mensch reagiert ganz anders, denn die Symptome bleiben nicht auf die Einstichstelle beschränkt, sondern sie erfassen den **ganzen Körper**. Bereits kleinste Giftmengen können innerhalb von wenigen Minuten nach einem Stich zu einer schweren allergischen Reaktion führen.

WUSSTEN SIE, DASS ...



... ein anaphylaktischer Schock meistens umso schwerer verläuft, je schneller die Symptome nach einem Stich auftreten? Daher ist es wesentlich, bereits erste Warnsignale ernst zu nehmen und immer geeignete **Notfallmedikamente** bei sich zu tragen.

ANAPHYLAKTISCHER SCHOCK – DIE SYMPTOME



Eine allergische Reaktion kann innerhalb von sehr kurzer Zeit (durchschnittlich etwa 15 Minuten) zur Maximalvariante, dem anaphylaktischen Schock, und damit zur Bewusstlosigkeit oder sogar zum Herz-Kreislauf-Stillstand führen. Dabei kann die allergische Reaktion aber auch auf jeder Stufe zum Stillstand kommen.

Mehr Informationen zu allergischen Reaktionen finden Sie auf www.insektengift-allergie.ch



DIAGNOSE EINER INSEKTENGIFT-ALLERGIE

Einen wichtigen Hinweis auf eine Insektengift-Allergie erhält die Ärztin / der Arzt aus dem Patientengespräch. Wichtig ist herauszufinden, **welches Insekt** für die allergischen Symptome verantwortlich ist.

Dass es sich um eine Allergie handelt, kann dann mit einem oder mehreren verschiedenen Hauttests und / oder einem Bluttest nachgewiesen werden.

Hauttest



Verdächtige
Allergieauslöser



**Schwellung, Rötung,
Juckreiz**

Bluttest



Bestimmung von
spezifischen
IgE-Antikörpern



Erhöhte IgE-Werte

Bei Bedarf können noch weiterführende Tests bzw. Untersuchungen durchgeführt werden.

Mehr Informationen zur
Diagnose von Allergien
finden Sie auf **ch.klarify.me**



PRAKTISCHE TIPPS UND HINWEISE FÜR ALLERGIEBETROFFENE

Insektengift-Allergien äussern sich in Form von Symptomen wie jucken oder Hautrötungen an der Einstichstelle. Es können aber auch andere Symptome wie Atemnot, Unwohlsein, Schwindel auftreten. **Diese Symptome können auf einen anaphylaktischen Schock hinweisen.**



Auf süsse Speisen und Getränke im Freien verzichten



Geschlossene Schuhe tragen



Notfallset immer griffbereit halten

- Ruckartige, hektische Bewegungen vermeiden! Nicht anpusten! Das kann die Insekten aggressiv machen.
- Gehen Sie nie barfuss über Blumenwiesen. Tragen Sie immer geschlossene Schuhe.
- Ein gemütliches Picknick? Lieber nicht. Essensgerüche (v. a. süsse Speisen und Getränke) locken Insekten an.
- Sie wurden trotz aller Vorsichtsmassnahmen gestochen? Sie bemerken Symptome, die nicht nur auf die Einstichstelle begrenzt sind? Jetzt heisst es Ruhe bewahren, sofort den **Notarzt (144)** rufen und bei Bienenstichen den Stachel sehr behutsam und unverzüglich entfernen.



ACHTUNG! Eine schwere allergische Reaktion kann lebensgefährlich werden!

Absolutes Muss für Insektengiftallergikerinnen und -allergiker: Immer ein **Notfallset** (Adrenalin-Pen, Antihistaminikum sowie ein Kortisonpräparat) griffbereit halten!

WICHTIGE MASSNAHMEN FÜR INSEKTENGIFTALLERGIKERINNEN UND -ALLERGIKER

Hat die Ärztin / der Arzt bei Ihnen eine Insektengift-Allergie festgestellt, sollten die folgenden Massnahmen ergriffen werden:

1. STICHVERMEIDUNG

Der Kontakt mit Bienen und Wespen lässt sich nicht völlig vermeiden. Praktische Tipps und Hinweise, um Insektenstiche zu vermeiden, finden Sie auf Seite 13 dieses Flyers.

2. NOTFALLMEDIKAMENTE

Allergische Reaktionen nach einem Stich können mit Notfallmedikamenten behandelt werden, die die Ärztin / der Arzt Ihnen verschreibt (z. B. Antihistaminikum-Tropfen oder Saft, Kortison, Adrenalin-Pen zur Selbstanwendung). Bei schweren allergischen Reaktionen kann nur Adrenalin lebensrettend wirken. Es ist wichtig, **Notfallmedikamente immer mitzunehmen!**

3. DIE ALLERGIE-IMMUNTHERAPIE

Die Allergie-Immuntherapie (**auch Desensibilisierung oder Hyposensibilisierung genannt**) behandelt gezielt die Ursache einer Allergie.



Die **Allergie-Immuntherapie** kann als einzige Massnahme einen **sicheren und langfristig wirksamen Schutz** vor schweren und lebensbedrohlichen allergischen Reaktionen bieten.

ALLGEMEINES ZUR ALLERGIE- IMMUNTHERAPIE

So gefährlich eine Insektengift-Allergie ist, kaum eine andere lebensbedrohliche Krankheit kann so wirksam behandelt werden!

Ziel einer Allergie-Immuntherapie ist es, den Körper an das Insektengift zu gewöhnen. Ihrem Körper wird deshalb der Allergieauslöser – im konkreten Fall das Insektengift – regelmässig über einen längeren Zeitraum mit Spritzen verabreicht. Der Körper gewöhnt sich dadurch immer mehr an das Allergen, was zu einer Abschwächung der allergischen Reaktion führt.



Allen Personen mit nachgewiesener Insektengift-Allergie und mittleren bis schweren Symptomen nach einem Stich wird eine **Allergie-Immuntherapie** empfohlen.

THERAPIEERFOLG DER ALLERGIE-IMMUNTHERAPIE

Studien zeigen, dass bei **9 von 10 Patienten** mit einer Bienen- oder Wespengiftallergie das Immunsystem nach einer Allergie-Immuntherapie wieder normal reagiert.



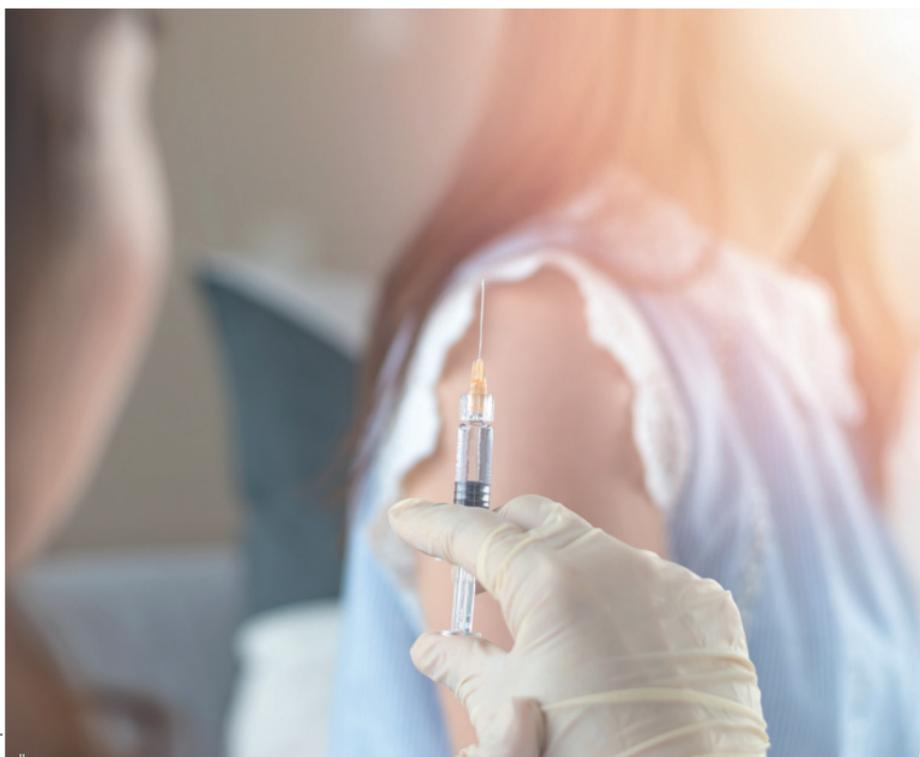
Die Wirkung der Allergie-Immuntherapie hält zudem noch viele Jahre nach dem Ende der Therapie an und kann bei Bedarf wiederholt werden.

DURCHFÜHRUNG DER ALLERGIE- IMMUNTHERAPIE

1. AUFDOSIERUNGSPHASE

Hier werden von Ihrer Ärztin / Ihrem Arzt anfangs über eine bestimmte Zeit Injektionen unter die Haut (subkutan) verabreicht, bis Sie auf einer sogenannten **„Erhaltungsdosis“** angekommen sind.

Die Dosisteigerung erfolgt langsam, mit einer Injektion pro Woche. Der ideale Therapiebeginn ist der Zeitraum nach dem Ende der Insektenflugsaison.



2. ERHALTUNGSPHASE UND THERAPIEDAUER

Um die Schutzwirkung langfristig zu sichern, soll die Therapie über **mindestens 3 bis 5 Jahre** fortgesetzt werden, wobei die Patientin / der Patient nur noch etwa alle 6 Wochen eine Erhaltungsdosis erhält. Ihr Arzt wird mit Ihnen die Therapiedauer individuell besprechen.

WUSSTEN SIE, DASS ...

... nur ca. **20% der Insektengiftallergiker** behandelt werden, obwohl die Erkrankung lebensbedrohlich ist?*

*Quelle: Przybilla B, Kapp A. Hautarzt 2014 ; 65: 768-69

Spezialisierte Zentren in Krankenhäusern sowie Fachärzte der Fachrichtungen Dermatologie, HNO, Lungen- oder Kinder-Heilkunde führen eine Allergie-Immuntherapie mit Insektengiften durch. Die Weiterführung der Therapie ist auch bei Hausärzten möglich.

Mehr Informationen zu der Allergie-
Immuntherapie finden Sie auf
www.insektengift-allergie.ch



SELBSTTEST INSEKTENGIFT-ALLERGIE

SIND SIE GEFÄHRDET?

Die meisten Insektengiftallergikerinnen und -allergiker erfahren von ihrer Allergie erst, wenn sie nach einem Stich mit Atemnot und starken Schwellungen den Notarzt rufen müssen. Testen Sie deshalb hier, ob bei Ihnen möglicherweise die Gefahr einer Insektengift-Allergie besteht.

1 Wurden Sie schon mal gestochen von einer / einem

- Biene? Hornisse?
- Wespe? unbekanntes Insekt?
- Hummel?

2 Kam es danach zu einer der folgenden Beschwerden?

- Juckreiz am ganzen Körper Atemnot
- Ausschlag am ganzen Körper Übelkeit, Erbrechen
- Gesichtsschwellung
- Kloss- / Engegefühl im Hals
- Schwindel, Schwächegefühl
- Bewusstlosigkeit
- Herz-Kreislauf-Stillstand



3

Liegt bei Ihnen eine der folgenden Erkrankungen vor?

Bluthochdruck

Asthma

Herzerkrankung

Mastozytose

4

Trifft eine der folgenden Angaben zu?

Tätigkeit als Imker oder Wohnbereich in der Nähe eines Imkers

Berufstätigkeit mit erhöhtem Stichrisiko (z. B. Obst-, Bäckereiverkäufer, Wald-, Bauarbeiter, Gärtner, Landwirt, Feuerwehr, Lkw-Fahrer)

Freizeitaktivitäten im Freien

5

Sind Sie über 40 Jahre alt?

- Falls Sie unter **1 UND 2** mindestens eine Angabe angekreuzt haben, sollten Sie eine Allergologin / einen Allergologen aufsuchen.
- Falls Sie zusätzlich Angaben unter **3, 4 UND / ODER 5** angekreuzt haben, liegt ein erhöhtes Risiko für möglicherweise schwerere Stichreaktionen vor.

**Ausführliche Informationen
finden Sie unter
www.insektengift-allergie.ch**

Einfach den QR-Code einscannen und starten!



UNTERSTÜTZT VON:

ALK-Abelló AG
Richtstrasse 11 • 8304 Wallisellen

U-667 CHD | 04/2023