



INSEKTEN

INSEKTEN

Tipps und Hinweise
für Allergiker

Mehr Informationen auf
www.insektengiftallergie.de

INITIATIVE
**INSEKTENGIFT-
ALLERGIE**



INHALT

- 04 Steckbrief zu Insekten
- 05 Wichtige allergieauslösende Insekten
- 07 Insektenflugkalender
- 08 Wie entsteht eine Insektengiftallergie?
- 10 Allergische Reaktionen auf Insektengift
- 12 Diagnose einer Insektengiftallergie
- 13 Hinweise zur Stichvermeidung
- 14 Wichtige Maßnahmen für Insektengiftallergiker
- 15 Allgemeines zur Allergie-Impfung
- 16 Durchführung der Allergie-Impfung
- 18 Selbsttest Insektengiftallergie

einige stechende Insekten können beim Menschen eine Insektengiftallergie auslösen. In Deutschland gehören hierzu Bienen, Wespen, Hummeln und Hornissen. Auf Grund ihrer großen Zahl 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-Impfung kann vor späteren schweren allergischen Reaktionen schützen und erhöht somit die Lebensqualität.

Aus diesem Grund ist es wichtig, Allergien bald nach einem Sticheignis zu behandeln.

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



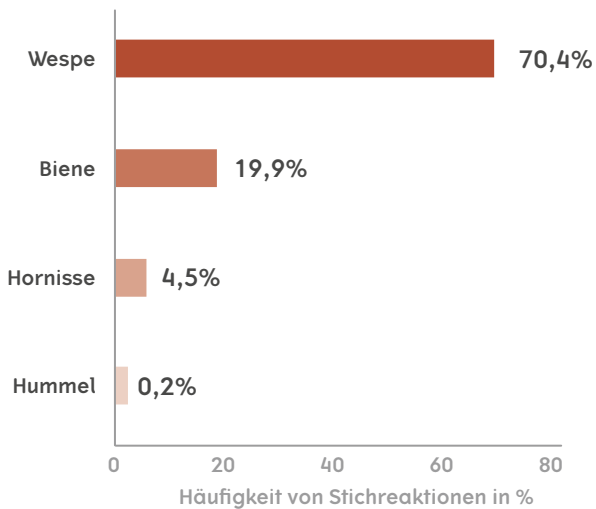
STECKBRIEF ZU INSEKTEN

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

Jedes Jahr sterben in Deutschland etwa 20 Insektengiftallergiker* an den Folgen eines Stiches, hunderte Menschen landen in der Notaufnahme.

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

Wichtigste Auslöser von Insektengiftallergien



*Quelle: Worm, Dtsch Arztebl Int, 2014 111: 367-75

WICHTIGE ALLERGIEAUSLÖSENDE INSEKTEN



Wespe ●●●

Größe: ca. 1,5 cm lang

Aussehen: schwarz-gelbe Bänderung

Besonderheiten: sehr ausgeprägte Wespentaille



Biene ●●

Größe: ca. 1,5 cm lang

Aussehen: Hinterleib bräunlich mit wenig auffälliger Bänderung

Besonderheiten: behaart



Hornisse ●

Größe: ca. 3 cm lang

Aussehen: auffällig schwarz-gelbe Bänderung

Besonderheiten: unterscheidet sich durch ihre Größe von der Wespe



Hummel ●

Größe: ca. 2 cm lang

Aussehen: braun- oder schwarz-weiße Bänderung

Besonderheiten: stärker behaart als Biene

Allergene Bedeutung: ●●● sehr groß ●● groß ● mäßig

INSEKTENFLUGKALENDER

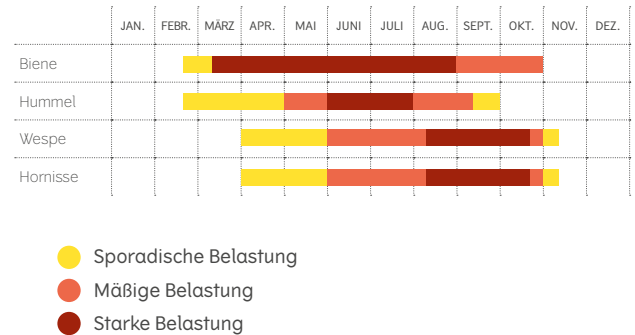
Wespen sind Räuber und daher in ihrem Verhalten aggressiver als Bienen. Deshalb sind sie **die bedeutendsten Auslöser der Insektengiftallergie**. Sie ernähren sich v.a. von anderen Insekten und zuckerhaltigen Stoffen (z.B. überreifem Obst), im Herbst auch von Fleisch, Wurst und süßen Lebensmitteln. Wespen sind in großer Zahl **v.a. im Sommer und Herbst** anzutreffen, danach geht der Wespenstaat zugrunde – nur die Königin überwintert. Der Wespenstachel verbleibt 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 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 Gemüsepflanzen vor.

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



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.



Mehr Informationen zu den Allergieauslösern finden Sie auf www.insektengiftallergie.de

WIE ENTSTEHT EINE INSEKTENGIFTALLERGIE?

Ein 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 gegen diese dann sogenannte Antikörper, um sich zu „schützen“.

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

WUSSTEN SIE, DASS ...

... in Deutschland etwa **2,5 Millionen Personen** eine potenziell lebensbedrohliche Insektengiftallergie haben?*

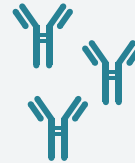


MECHANISMUS DER ALLERGISCHEN REAKTION

1. Erster Stich
Das Immunsystem wird sensibilisiert



Insektengift



Überproduktion von Antikörpern (IgE)



Mastzelle

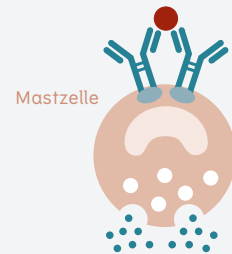
Sensibilisierung = Mastzellen aktiviert

Das Immunsystem = reaktionsbereit

2. Zweiter Stich
Das Immunsystem reagiert allergisch



Bindung des Allergens an IgE-Antikörper



Mastzelle

Das Immunsystem „explodiert“

Freisetzung von Botenstoffen (Mediatoren) z.B. Histamin

Allergische Reaktion anaphylaktischer Schock

*Quelle: Schäfer, Allergo J, 2009 18(5):353-358

ALLERGISCHE REAKTIONEN AUF INSEKTENGIFT

Bei einer Insektengiftallergie treten kurz nach dem Stich unterschiedliche Symptome auf, die von einer örtlichen Reaktion bis hin zu einer schweren **lebensbedrohlichen Reaktion (allergischer Schock oder 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

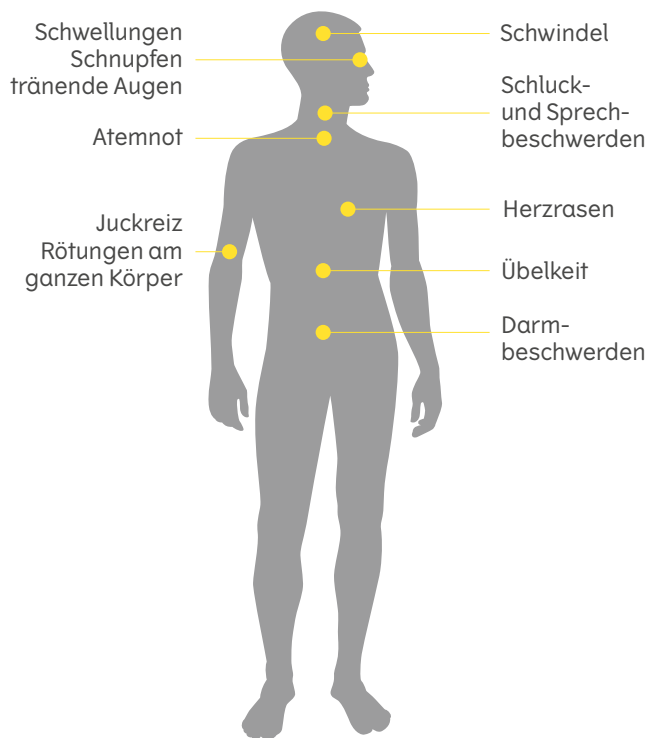
Ein allergischer Mensch reagiert ganz anders, denn die Symptome bleiben nicht auf die Einstichstelle beschränkt, sondern sie erfassen den **ganzen Körper**. Bereits kleinste Giftmengen können innerhalb von wenigen Minuten nach einem Stich zu einer schweren allergischen Reaktion führen.

WUSSTEN SIE, DASS ...



... ein allergischer 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.

Anaphylaxie – Symptome



Eine allergische Reaktion kann innerhalb von sehr kurzer Zeit (durchschnittlich etwa 15 Minuten) zur Maximalvariante, dem allergischem 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.insektengiftallergie.de

Einen wichtigen Hinweis auf eine Insektengiftallergie erhält 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



Konzentrationsstufen des Giftes
(1, 10, 100 und 300 µg/ml)



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 zu der Diagnostik finden Sie auf www.insektengiftallergie.de

Praktische Tipps und Hinweise für Insektengiftallergiker



Auf süße Speisen und Getränke im Freien verzichten



Geschlossene Schuhe tragen



Notfallset immer griffbereit halten

- Ruckartige, hektische Bewegungen vermeiden! Das kann die Insekten unter Umständen 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? Jetzt heißt es Ruhe bewahren! Bei den ersten Anzeichen einer allergischen Reaktion, die nicht nur die Einstichstelle betrifft und allgemein den Körper erfasst (wie z.B. bei Atemnot und Übelkeit), sofort den **Notarzt (112)** rufen.
Bei Bienenstichen den Stachel sehr behutsam und unverzüglich entfernen.



ACHTUNG! Eine heftige allergische Reaktion kann lebensgefährlich werden!

Absolutes Muss für Insektengiftallergiker: Immer ein **Notfallset** (Antihistaminikum, Kortisonpräparat sowie ein Adrenalin-Autoinjektor) griffbereit halten!

Hat der Arzt bei Ihnen eine Insektengiftallergie 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.

2. Notfallmedikamente

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

3. Die Allergie-Impfung

Die Allergie-Impfung (**Hyposensibilisierung**) behandelt gezielt die Ursache einer Allergie.



Die **Allergie-Impfung** kann als einzige Maßnahme einen **sicheren und langfristig wirksamen Schutz** vor schweren und lebensbedrohlichen allergischen Reaktionen bieten!

So gefährlich eine Insektengiftallergie ist, kaum eine andere lebensbedrohliche Krankheit kann so wirksam behandelt werden!

Ziel einer Allergie-Impfung 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 wird immer mehr an das Allergen gewöhnt, was zu einer Abschwächung der allergischen Reaktion führt.



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

Therapieerfolg der Allergie-Impfung

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



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

DURCHFÜHRUNG DER ALLERGIE-IMPfung

1. Aufdosierungsphase

Hier werden von Ihrem Arzt anfangs über eine bestimmte Zeit Injektionen unter die Haut (subkutan) verabreicht, bis Sie auf einer sogenannten „Erhaltungsdosis“ angelangt sind. Dabei unterscheidet man vor allem:

Die stationäre Aufdosierung (im Krankenhaus)

Während der Flugzeit der Insekten ist der Kontakt mit Bienen oder Wespen nicht völlig zu vermeiden. In der Regel beginnt die Therapie dann mit einer stationären Schnellhyposensibilisierung in der Klinik, um Patienten so rasch wie möglich vor den gefährlichen Folgen von zukünftigen Insektenstichen zu schützen. Innerhalb von wenigen Tagen wird die Erhaltungsdosis erreicht.

Die ambulante Aufdosierung

Hier erfolgt die Dosissteigerung langsamer, mit einer Injektion pro Woche. Die Erhaltungsdosis ist nach etwa **4 Monaten** erreicht, daher dauert es länger, bis ein Impfschutz besteht. Der ideale Therapiebeginn für eine ambulante Aufdosierung ist der Zeitraum nach dem Ende der Insektenflugsaison.



2. Erhaltungsphase und Therapiedauer

Um den Impfschutz langfristig zu sichern, soll die Therapie über **mindestens 3 bis 5 Jahre** fortgesetzt werden, wobei der Patient nur noch etwa einmal pro Monat 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?*



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



Mehr Informationen zu der Allergie-Impfung finden Sie auf www.insektengiftallergie.de

*Quelle: Przybilla et al., Der Hautarzt, 2014 (9): 768-769

SELBSTTEST INSEKTENGIFTALLERGIE

Sind Sie gefährdet?

Die meisten Insektengiftallergiker 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 Insektengiftallergie besteht.

1 Wurden Sie schon mal gestochen von einer/einem

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

2 Kam es danach zu einer der folgenden Beschwerden?

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

3

Liegt bei Ihnen eine der folgenden Erkrankungen vor?

- Bluthochdruck
- Herzerkrankung
- Asthma
- 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 sich bei einem Allergologen vorstellen.
- Falls Sie zusätzlich Angaben unter **3, 4 UND/ODER 5** an gekreuzt haben, liegt ein erhöhtes Risiko für möglicherweise schwerere Stichreaktionen vor.

Evaluert durch das Allergiezentrum am Universitätsklinikum Gießen und Marburg GmbH, Standort Marburg

Ausführliche Informationen finden Sie unter
www.insektengiftallergie.de

QR -Code zur App



STICHALARM:

Die multifunktionale App
für Insektengiftallergiker
und interessierte Nutzer.



U-3727-D Art.-Nr. 1037462 Stand der Information: Oktober 2017

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wurde in dieser Broschüre ausschließlich die männliche Schreibweise verwendet. Grundsätzlich bezieht sich diese Form jedoch immer auf beide Geschlechter.

.....
UNTERSTÜTZT VON:
ALK-Abelló Arzneimittel GmbH
Griegstraße 75/Haus 25
22763 Hamburg

