

## **PRESSEMITTEILUNG**

### **Keine Angst vor Insektenstichen: 10 Tipps für einen sorgenfreien Besuch im Freibad**

Hamburg, xx.xx.2017. Bei den aktuell hohen Temperaturen ist in den Freibädern wieder richtig viel los. Vor allem Kinder finden hier ihr Paradies zum Planschen. Um das Baden im Freien ohne Gefahr genießen zu können, dürfen Sonnenschutz und entsprechende Schwimmhilfen für die Kleinen nicht fehlen. Doch auch gegen Insektenstiche sollten Besucher Vorsichtsmaßnahmen treffen. Denn nach einem Bienen- oder Wespenstich kann es zu einer allergischen Reaktion kommen. Frau Prof. Dr. med. Regina Treudler, Dermatologin und Leiterin des Interdisziplinären Allergiecentrums LICA am Universitätsklinikum Leipzig, gibt zehn Tipps für den sicheren Umgang mit Bienen und Wespen – so steht einem entspannten Freibadbesuch nichts mehr im Weg.

#### **1. Bleiben Sie cool**

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

#### **2. 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. Nebenbei sind Textilien ein guter Schutz gegen gefährliche UV-Strahlen – stark gebräunte Haut ist inzwischen ohnehin aus der Mode geraten.

#### **3. 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.

#### **4. 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.

## **5. Trinken Sie mit einem Strohhalm**

Wespen lieben zuckerhaltige Getränke und setzen sich gern in Trinkgläser oder an unverschlossene Flaschen. Versehentlich eine Wespe zu verschlucken, kann sehr gefährlich werden – ein Stich in den Mund oder in den Hals sogar lebensbedrohlich. Deshalb unbedingt beachten: Trinkgefäße stets verschlossen halten und mit einem Strohhalm trinken.

## **6. Seien Sie achtsam beim Essen**

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

## **7. 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.

## **8. 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 stets dabei haben.

## **9. Bei Insektengiftallergie: 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.

## **10. Lassen Sie sich als Allergiker impfen**

Eine Allergie-Impfung mit Insektengift bietet Allergikern wirkungsvollen Schutz vor einem potenziell lebensbedrohlichen anaphylaktischen Schock. Die sogenannte spezifische Immuntherapie (SIT) wird von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) ausdrücklich empfohlen.

Weitere Informationen zur Feststellung und Behandlung von Insektengiftallergien unter [www.initiative-insektengift.de](http://www.initiative-insektengift.de).

Die Initiative Insektengiftallergie bietet Patienten, Angehörigen und Interessierten Informationen rund um Allergien auf Stiche von Wespen, Bienen, Hornissen und Hummeln. Ziel der Initiative ist die Aufklärung der Bevölkerung über die Gefahren von Insektenstichen, die Auslöser sowie die Behandlung der daraus resultierenden Allergie.

**Pressekontakt:**

fischerAppelt, relations GmbH

Christine Hoffmann

chh@fischerappelt.de

Tel.: 040-899 699-820