

Bienen-/Wespenstich

Wie kann ich Stiche vermeiden?

- Ruhe bewahren: In der Nähe von Bienen und Wespen, sollte man keine hektischen Bewegungen machen.
- Lebensmittel zudecken: Da unsere Lebensmittel für Insekten sehr verlockend sind, sollte man unbeaufsichtigte Nahrungsmittel immer zudecken.
- Dosen abdecken: Vorsicht! Nie aus einer unbeaufsichtigten Dose oder Flasche trinken. Insekten kriechen in das Gefäß und stechen beim nächsten Schluck in den Mund.
- Barfuß gehen stellenweise vermeiden: Blühende Wiesen sollte man lieber mit Schuhen durchqueren.

Was mache ich nach einem Stich?

- Wenn noch vorhanden, den Stachel entfernen. So kann man verhindern, dass der gesamte giftige Inhalt in den Körper gespritzt wird.
- Die Einstichstelle sollte einige Zeit beobachtet werden, wenn sich ausschließlich die Haut um die Einstichstelle rötet und etwas anschwillt ist es nicht weiter tragisch. Es ist zwar unangenehm, aber durch kühlen lässt sich der „Schmerz“ rasch lindern.
- Kühlung sollte mit kühlem, nicht eiskaltem Wasser erfolgen, ggf. nasses Geschirrtuch anlegen. Niemals sollten Eiswürfel oder Kühlkompressen direkt auf die Haut aufgelegt, immer z.B. ein Geschirrtuch etc. dazwischen geben, es sei denn, bei den Kompressen wird dies explizit angegeben.
- Schmerzlindernde Medikation ist bei Bedarf als over-the-counter-Variante über die Apotheke erhältlich, meist auch eine Juckreiz-lindernde Salbe oder Tabletten.
Quelle UpToDate.com 23.03.2025

Bei einer allergischen Reaktion (die Rötungen breiten sich am Körper aus, Atemnot, niedriger Blutdruck) suchen Sie einen Arzt auf oder alarmieren Sie die Rettung.