

PRAKTISCH

ALLERGIE VOOR HUIDSDIEREN



www.licg.nl
over houden van huisdieren



Uw lichaam wordt dagelijks blootgesteld aan allerlei dingen die u ziek kunnen maken. Gelukkig beschikt uw lichaam over een afweermecanisme: het immuunsysteem. Eigenlijk moet dat niets anders doen dan in actie komen als een virus, bacterie of schimmel probeert uw lichaam binnen te dringen. Over het algemeen gaat dat goed, soms lukt het niet om de 'indringer' buiten te houden. Dan krijgt u bijvoorbeeld griep of een verkoudheid.

Maar het afweersysteem kan zijn werk soms ook een beetje te goed doen: het komt dan ook in actie als er stoffen in bijvoorbeeld de neus komen die helemaal niet gevaarlijk voor u zijn, zoals stuifmeel (pollen) van gras of bomen. Zo'n overdreven reactie van het immuunsysteem op dergelijke onschuldige stoffen heet een allergie. De stoffen die de allergische reactie bij u opwekken, worden allergenen genoemd.

Ook huisdieren kunnen stoffen afscheiden die een allergische reactie opwekken. Hoe u dit herkent en wat u in zo'n geval kunt doen, leest u in dit document.

Klachten, ontstaan en diagnose

Welke klachten krijgt u bij een allergie?

U kunt allerlei klachten krijgen van een allergie:

- Klachten van de neus (rhinitis): niezen, jeuk in de neus, snotteren, een verstopte neus of slijm dat in de keel zakt;
- Klachten van de ogen (conjunctivitis): jeukende ogen, tranende ogen, rode ogen of een branderig gevoel in de ogen;
- Klachten van de longen (astma): hoesten, kortademig worden of piepend ademhalen;
- Klachten van de huid (eczeem): een droge huid, jeuk, roodheid of huidschilfers;

U kunt ook een combinatie van deze klachten krijgen. En als u echt pech hebt, hebt u ze allemaal...

Waarom worden sommige mensen allergisch?

De reden waarom mensen allergieën ontwikkelen is niet goed duidelijk. We weten dat men aanleg moet hebben voor allergie, maar aanleg alleen is niet voldoende. Infecties spelen waarschijnlijk ook een rol: sommige beschermen tegen allergie terwijl andere de ontwikkeling van allergie lijken te bevorderen. Zo hebben kinderen die opgroeien op een boerderij en veel met bepaalde producten van bacteriën in aanraking komen (endotoxinen), veel minder last van allergie. En men moet natuurlijk met de stoffen die allergie opwekken in contact komen: als u op de Noordpool woont, zult u niet snel allergisch worden voor bomen of gras...

Is allergie erfelijk?

Ja, dat wil zeggen, als uw vader of moeder allergisch is, hebt u ook meer kans om een allergie te krijgen. Is alleen uw moeder allergisch, dan ligt die kans op 30%; zijn uw vader en moeder allebei allergisch, dan zit dat rond de 70%.

Waar kunnen mensen allergisch voor worden?

Eigenlijk kunnen mensen allergisch worden voor alles waar men mee in contact komt. Globaal kunnen al die dingen waarmee men in aanraking kan komen onderverdeeld worden in vier groepen, namelijk:

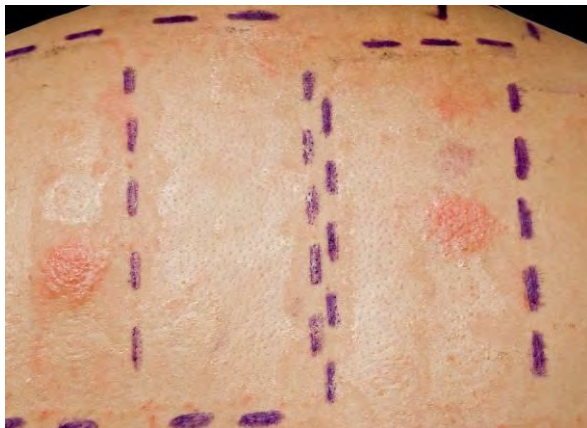
- Stoffen die u inademt – dan krijgt u vooral klachten van uw neus, ogen en longen. Stoffen die hierbij horen zijn bijvoorbeeld de pollen van bomen, gras en onkruid, de poep van huisstofmijt,

de huidschilfers en andere producten van dieren maar ook stoffen waar u op uw werk mee in contact komt;

- Stoffen die via de mond binnenkomen – dan krijgt u klachten die variëren van jeuk in de mond tot een heel ernstige, soms zelfs levensbedreigende reactie van het hele lichaam (shockreactie). Stoffen waar u dan aan moet denken zijn voeding of geneesmiddelen;
- Stoffen die ingespoten worden zoals medicatie of door insecten - wespen of bijen, bijvoorbeeld, kunnen gif inspuiten en daarmee een allergische reactie opwekken. In zeer ernstige gevallen kan een shockreactie optreden;
- Stoffen die u op uw huid smeert zoals doucheschuim of deodorant – dan heeft u klachten van een eczeem. Dit heet een contactallergie.

Hoe weet u of het om een allergie gaat?

Als u neus-, oog-, long- of huidklachten hebt en u vermoedt dat u allergisch bent, dan is het allereerst zaak dat er een diagnose gesteld wordt. U kunt hiervoor in de eerste plaats bij de huisarts terecht. Om er zeker van te zijn dat er sprake is van een allergie is het vaak niet voldoende om de klachten te inventariseren. De dokter zal een test moeten uitvoeren om er zeker van te zijn dat het gaat om een allergie. Er zijn verschillende testen mogelijk. Bekend zijn de huidtest en de bloedtest.



Bij de huidtest wordt de huid blootgesteld aan allergenen. Er worden bijvoorbeeld druppeltjes vloeistof op uw arm gelegd. Daar wordt een prikje doorheen gegeven. Na ongeveer een kwartier wordt dan gekeken of uw huid gereageerd heeft op de vloeistoffen. Er kan een bultje ontstaan, waarbij het rood is rondom het bultje. Met deze test weet u dus snel waar u aan toe bent.

Bij bloedonderzoek wordt een buisje bloed afgenomen en opgestuurd naar een laboratorium. Daar wordt gekeken of er stoffen die het lichaam als reactie op het allergeen maakt (zogenaamde allergische antistoffen) in het bloed aanwezig zijn. De uitslag van dit onderzoek wordt naar uw arts opgestuurd; op deze uitslag moet u dus een paar dagen wachten. De uitslag van de test en uw klachten bepalen samen of u een allergie hebt.

Het kan gebeuren dat in de bloedtest allergische antistoffen worden aangetoond zonder dat u er klachten van hebt. Voorbeeld: de bloedtest laat zien dat u antistoffen voor katten in uw bloed hebt, maar u kunt gewoon een kat aaien zonder dat u gaat niezen of piepend ademhalen. In dat geval hebt u geen allergie maar bent u alleen gesensibiliseerd. Dat betekent dat u wel antistoffen hebt maar geen klachten! De kans dat u in de toekomst allergische klachten zult gaan ontwikkelen, is dan wel aanwezig.

Allergie voor huisdieren

Huisdieren zijn leuk en er zijn dan ook heel veel huisdieren in Nederland: wel meer dan 30 miljoen. Maar als u allergisch bent voor huisdieren, dan is dit in de praktijk niet alleen helemaal niet leuk, maar vooral ook erg lastig. Lastig als u zelf een huisdier hebt waarvoor u allergisch bent. Maar ook

lastig als u allergisch bent voor bijvoorbeeld honden en katten, omdat er daarvan zoveel in Nederland zijn. Uit onderzoek is namelijk gebleken dat het allergeenniveau (de hoeveelheid allergenen die ergens aanwezig is) in publieke voorzieningen, zoals het openbaar vervoer en schouwburgen, zo hoog kan zijn dat een verblijf daar een allergische reactie bij allergiepatiënten kan opwekken. U hoeft dus helemaal geen huisdier te hebben om toch blootgesteld te worden aan de allergenen van het dier waarvoor u allergisch bent en last te krijgen van allergische klachten.

Welk soorten allergische reacties op huisdierallergenen zijn er?

De verschillende soorten allergische reacties worden types genoemd. Omdat er vier soorten allergische reacties zijn, worden die vaak aangeduid als type I, type II, type III en type IV allergieën. Niet alle dieren geven dezelfde klachten.

Klachten die horen bij een allergie voor bijvoorbeeld honden, katten of konijnen zijn jeukende, tranende, branderige of rode ogen, niezen, snotteren, een verstopte of jeukende neus en een piepende ademhaling, hoesten en benauwdheid. Deze klachten kunnen heel snel komen, soms al binnen enkele minuten nadat u bij een dier in de buurt was. Dit is een type I allergie. Heel soms komt hierbij ook eczeem voor.

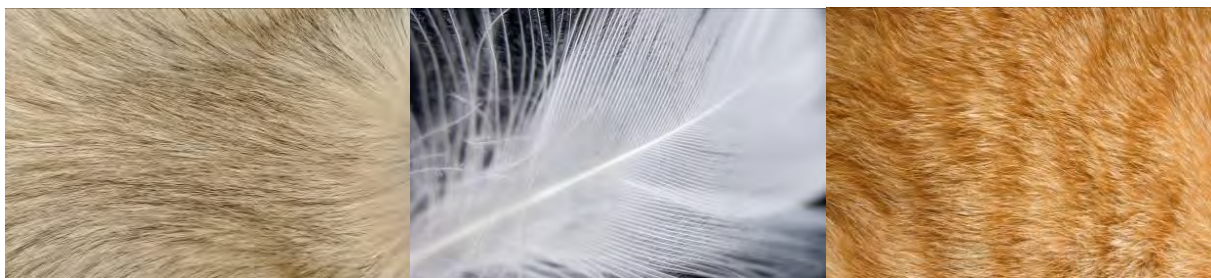
Er zijn ook mensen die allergisch zijn voor vogels, zoals duiven en papegaaien. Hun klachten zijn vaak anders dan die van mensen met een allergie voor honden of katten. Zij krijgen last van koorts, een griepig gevoel, hoesten en kortademigheid. Die klachten ontstaan enkele uren nadat ze in contact zijn geweest met vogels. Deze vorm van allergie wordt een type III allergie genoemd. Overigens kunnen mensen ook voor vogels een type I allergie ontwikkelen, maar dat lijkt minder vaak voor te komen dan een type III allergie.

Voor welke diersoorten zijn allergische reacties bekend?

Helaas zijn in de wetenschappelijke literatuur voor vrijwel alle diersoorten allergische reacties beschreven. U kunt dus allergische klachten krijgen van honden en katten, maar ook van konijnen, **cavia's, hamsters, ratten, muizen, chinchilla's, degoes, gerbils etc..** Vogels zoals parkieten, kanaries en papegaaien kunnen eveneens een allergie veroorzaken. En zelfs voor reptielen en amfibieën kunt u allergisch zijn, hoewel dit gelukkig zelden voorkomt. Voor vissen als huisdieren zijn geen allergieën beschreven.

Waar zitten de allergenen bij huisdieren?

Meestal zitten de allergenen van huisdieren in de haren en de huidschilfers van het dier. Ook het speeksel van een dier bevat vaak stoffen waar mensen niet tegen kunnen. Bij knaagdieren zorgt de urine voor de klachten. Bij vogels zitten de allergenen vooral in de veren en het stof van de veren.



Beperken van allergische klachten

Als de diagnose allergie is gesteld, dan kunt u verschillende dingen doen om allergische klachten zoveel als mogelijk te vermijden dan wel te beperken. Grofweg kunt u de maatregelen die u kunt treffen in 3 categorieën indelen:

- Vermijden van blootstelling aan allergenen;
- Gebruik van medicijnen om klachten te voorkomen of te onderdrukken;
- Immunotherapie.

Vermijden van blootstelling aan allergenen

Als u het allergeen niet tegenkomt, krijgt u ook geen klachten. Alleen: in de praktijk is dat niet zo **eenvoudig! Probeer in de zomer maar eens bloeiend gras te vermijden... Maar vaak kunt u zelf wel** een paar dingen doen om zo min mogelijk contact te hebben met datgene waar u allergisch voor bent. Als u een allergie voor dieren hebt, dan kunt u ze in het algemeen beter niet nemen, zeker niet als het gaat om dieren die u in huis wilt houden. En als u al huisdieren hebt, dan zal heel vaak het advies zijn om het dier of buitenshuis te houden of ze uit huis te plaatsen, hoe verdrietig dat ook is. Als u het dier houdt, hebt u namelijk kans dat uw klachten steeds erger worden.

Gebruik van medicijnen om klachten te voorkomen of te onderdrukken

Voor het behandelen van allergieklachten bestaan er allerlei medicijnen. Sommige medicijnen hoeven alleen te worden ingenomen bij klachten, andere medicijnen zijn er juist op gericht om klachten te voorkomen. Het ene medicijn is ook wat sterker dan het andere. Wat is nou wat en hoe moeten ze worden ingenomen?

- Medicijnen voor de neus: voor de neus zijn er zogenaamde neussprays. Met een pompje spuit u dan een wolkje medicijnen in uw neus. Er zijn drie soorten neussprays. Cromoglicaten zijn bedoeld voor milde klachten. U kunt ze dagelijks innemen om klachten te voorkomen maar u kunt ze ook gebruiken als u al klachten hebt. Antihistaminica zijn iets sterker werkzaam. Ook deze kunt u dagelijks innemen om klachten te voorkomen maar u kunt ze ook gebruiken bij plotselinge klachten. Corticosteroiden zijn de sterkst werkzame medicijnen van deze drie. Deze zijn niet bedoeld om te gebruiken wanneer het u uitkomt, maar moet u dagelijks innemen;
- Medicijnen voor de ogen: voor de ogen kunt u een vloeistof gebruiken die u in uw ogen druppelt. Ook hier zijn drie soorten. Cromoglicaten zijn bedoeld voor milde klachten. U kunt ze dagelijks innemen om klachten te voorkomen maar zo nodig ook bij klachten. Antihistaminica zijn iets sterker werkzaam. Ook deze kunt u dagelijks innemen om klachten te voorkomen, of zo nodig bij plotselinge klachten. Corticosteroiden zijn alleen bedoeld voor heel ernstige klachten en mag u niet al te lang achter elkaar nemen (hooguit één week) vanwege de bijwerkingen tenzij uw (oog)arts zegt dat het langer moet;
- Medicijnen voor de longen: ook voor uw longen zijn er medicijnen die u dagelijks moet innemen (onderhoudsmedicatie) en medicijnen die u kunt innemen bij plotselinge klachten. Als onderhoudsmedicatie worden corticosteroiden gebruikt. Deze kunt u innemen in de vorm van **een poeder (diskus, turbuhaler) of als een aerosol, een soort "gaswolkje"**. Een wat nieuwere medicijn is een tablet die u dagelijks moet nemen. Soms is deze tablet alleen voldoende maar vaak moet u deze nemen samen met **de "traditionele" onderhoudsmedicatie**. **Als u last hebt van plotselinge klachten, zoals hoesten, piepen en benauwdheid, dan betekent dat heel simpel gezegd dat uw longen zo geprikkeld zijn dat uw longspieren zich niet meer kunnen ontspannen. In dat geval hebt u medicijnen nodig die deze longspieren weer laten "verslappen". Dergelijke medicijnen heten B2 mimetica.** Er zijn snelle, kortwerkende – die worden meestal gebruikt voor plotselinge klachten – en iets langzamer maar langer werkende soorten. Die kunnen gebruikt worden bij plotselinge klachten maar ze worden ook bijvoorbeeld in combinatie met de

corticosteroiden gebruikt als u wat ernstiger astma hebt;

- Antihistaminica tabletten: deze tabletten worden gebruikt bij zowel klachten van neus, ogen als longen. Ze kunnen dagelijks gebruikt worden om klachten te voorkomen maar ook zo nodig als mensen niet zo vaak klachten hebben.

Immunotherapie

Immunotherapie is een kuur met injecties waarbij geprobeerd wordt om u minder gevoelig te maken voor de stoffen waar u allergisch voor bent. Dat kan zijn voor gras of bomen of huisstofmijt maar ook voor wespen, bijen of hommels. Voor huisdieren zijn niet zoveel van dit soort kuren **beschikbaar: de enige geregistreerde kuur is voor kattenallergie. Zo'n kuur begint met een startfase** waarin u elke week moet komen. Die startfase duurt een paar maanden. Daarna moet u elke 4 tot 6 weken komen maar dat moet u wel 3 tot 5 jaar volhouden. Dat is dus best een aardige klus... **Soms kan het ook in de vorm van een tablet of zijn er andere** mogelijkheden maar die zijn niet voor iedereen geschikt.

Uw dier in huis houden

Als op basis van uw klachten en de test de diagnose "allergie voor huisdieren" wordt gesteld, dan zult u meestal van uw arts als advies krijgen om uw dier weg te doen. Op die manier zullen de allergeenniveaus waar u dagelijks in huis aan blootgesteld wordt langzaam afnemen. Houdt u uw dier, dan kunnen uw klachten in de loop van de tijd verergeren. Maar wat als u geen afscheid kunt of wilt nemen van uw huisdier? In dat geval zijn er maatregelen die u kunt nemen om zo min mogelijk klachten te hebben.

Contact beperken

Zorg ervoor dat u zo weinig mogelijk in contact komt met het dier waar u allergisch voor bent. Kunnen eventuele huisgenoten de verzorging van het dier op zich nemen? Misschien is het mogelijk om uw dier buiten te huisvesten (check de huisdierenbijsluiters!)? Is het niet mogelijk om uw dier buiten een plekje te geven, zorg er dan voor dat uw huis altijd goed schoon en zo veel mogelijk stofvrij is en laat het dier niet op de slaapkamers. Zit het dier in een kooi? Zorg dan dat het op materiaal zit dat niet stuift en maak de kooi regelmatig schoon. Verliest uw dier veel haren, neem dan eens contact op met de dierenarts. Honden kunnen bijvoorbeeld door stress of door te veel borstelen meer haren dan anders verliezen. Goede voeding kan bijdragen aan een goede vacht en daardoor voor minder verlies van huidschilfers en haren zorgen. Huidschilfers kunnen ook het gevolg zijn van een aandoening; ook hier kan de dierenarts u helpen. Een goede verzorging van uw dier kan er dus ook voor zorgen dat er wat minder allergenen rond dwarrelen. U kunt ook hulpmiddelen zoals een luchtfilteringsapparaat of een stofzuiger met een speciaal filter uitproberen, maar verwacht daar geen wonderen van.

Medicijnen

De dokter kan medicijnen voorschrijven om klachten te voorkomen en – als er eenmaal klachten zijn ontstaan - uw klachten te verlichten. Zorg er voor dat u uw medicijnen meeneemt als u weggaat. U zult maar ergens op bezoek gaan waar ze huisdieren blijken te hebben. Dan is het toch prettig dat uw medicijnen onder handbereik zijn. Bent u van plan om ergens op bezoek te gaan en weet u dat ze daar dieren hebben, dan kunt u natuurlijk ook vragen of ze naar u toe willen komen. Vraag dan wel even of ze net gewassen kleding willen aantrekken! Soms is het mogelijk om een kuur te volgen tegen de allergie. Over wat er in uw specifieke geval mogelijk is, kunt u het beste met uw arts overleggen.

Welke maatregelen hebben geen zin?

Het heeft geen zin om uw dieren te stofzuigen of regelmatig te wassen. De meeste dieren **waarderen zo'n behandeling niet echt, voor u betekent dat in de praktijk een gevecht met uw dier** en het effect dat een schoonmaakbeurt heeft op uw gezondheid is erg klein. Sterker nog: als het een worsteling wordt, dan vliegen de haren in het rond. Dikke kans dat u dan staat te niezen!

Uw dier naar buiten

Als u allergisch bent voor uw huisdier en u wilt geen afscheid van uw dier nemen, dan is het het beste dat u het contact met uw dier zoveel mogelijk beperkt. U kunt dit realiseren door – mits dit kan voor uw dier – uw dier buiten te huisvesten. Zo maakt uw dier nog steeds deel uit van uw gezin, kunt u van elkaar blijven genieten, maar kunnen de allergische klachten verminderd worden.

Eerst even checken ...

Natuurlijk kan niet elk dier naar buiten. Sommige dieren hebben een warme omgeving nodig. Menig reptiel doet u geen plezier met een frisse neus in het Hollandse klimaat. Honden zijn ook zeker niet geschikte dieren om buiten een plekje te geven. Ze zijn te veel gehecht aan gezelschap en zullen zich erg alleen voelen zonder 'hun' mensen. Ga daarom eerst na of uw dier wel buiten gehuisvest kan worden. In de huisdierenbijsluiters kunt u nalezen hoe u uw dier het beste kunt huisvesten.

Tenslotte nog dit ...

Soms is het diervriendelijker om een goed ander tehuis voor het dier te vinden dan om het buiten te willen huisvesten. Dieren die graag veel aandacht hebben bijvoorbeeld, of dieren die alleen zijn terwijl het van nature groepsdieren zijn, kwijnen weg als ze ineens alleen buiten moeten zitten. Kijk daarom goed naar uw dier en probeer die keuze te maken die zowel voor uw eigen gezondheid als het welzijn van uw dier het beste is.

Een dier erbij**Ik ben allergisch. Wat voor huisdier kan ik kopen?**

Hebt u nog geen huisdier en wilt u er wel graag ééntje, dan kunt u overwegen om vissen aan te schaffen. Voor vissen als huisdieren zijn geen allergische reacties beschreven. Bovendien zijn bij de dierenspecialzaak en de aquariumspecialzaak de prachtigste vissen te koop. Vaak kunt u ook nog meerdere soorten vissen samen in een aquarium doen. Op die manier kan een aquarium een lust voor het oog worden. Houd er wel rekening mee dat niet alle vissoorten vredelievend zijn naar soortgenoten of andere vissoorten. Kijk daarom eerst even in de huisdierenbijsluiters elders op onze website. Daarin kunt u lezen of u uw vissen kunt combineren met andere vissoorten. U kunt zich uiteraard ook goed



laten informeren door de dieren- of aquariumspecialzaak.

Als u allergisch bent is het niet verstandig om voor andere diersoorten dan vissen te kiezen, zeker niet als u die in huis wilt houden. Dat geldt ook als uit de allergietest géén allergie voor die diersoort naar voren komt. Het feit dat u nu niet allergisch bent, betekent namelijk niet dat u op termijn ook niet allergisch bent voor dat bepaalde dier of andere dieren. Het is namelijk mogelijk dat u de allergie door het houden van het dier op gaat bouwen. U kunt eventueel wel overwegen om een huisdier te kopen dat u buiten kunt gaan houden.

Is een hypoallergeen huisdier een goed alternatief?

Op internet is veel te vinden over hypoallergene honden, katten en paarden. Dit zijn dieren die geen of nauwelijks allergenen zouden produceren. Waarschijnlijk is een hypoallergeen huisdier helaas geen goed alternatief, maar het is moeilijk om daarover goede uitspraken te doen. Er is namelijk tot op heden geen wetenschappelijk onderzoek naar het verspreiden van allergenen door hypoallergene dieren gedaan. Voor zover bekend, verspreidt een hypoallergene hond of kat minder allergenen, maar is het níet zo dat hij géén allergenen verspreidt. En zolang het dier allergenen verspreidt, kunnen allergische klachten optreden.

Allergie voor andere dieren

Niet alleen voor huisdieren kunt u allergisch zijn. Ook op bijvoorbeeld insecten kunt u allergisch reageren. Hoewel de meeste insecten strikt genomen geen huisdieren zijn, zijn hier vanwege de ernst van de allergische reacties die kunnen optreden de belangrijkste punten op een rijtje gezet. De focus ligt daarbij op de wesp, de bij en de hommelmel, omdat vooral op deze insecten in Nederland allergische reacties ontstaan. Bovendien worden bijen ook gehouden als hobbydier en worden zowel bijen en hommels in de kassen gebruikt als natuurlijke bestuivers.

Ik krijg een dikke bult na een wespensteek, ben ik nu allergisch?

Als u alleen een dikke bult krijgt na een steek, hoeft u zich geen zorgen te maken. Het is pijnlijk en het duurt vaak een paar dagen voor de bult weg is maar het is niet gevaarlijk. Ook bij een heel grote zwelling, bijvoorbeeld van de hele hand of de onderarm, hoeft u zich niet direct zorgen te maken. Als u in uw mond gestoken wordt, moet u wel langs de arts. Een zwelling op deze plek kan zorgen voor moeilijkheden bij ademhalen.

Wanneer is er sprake van een allergie?

Als u gestoken wordt door een wesp, bij of hommelmel en u krijgt klachten van jeukende bulten over uw hele lichaam of een dikke tong of astma, dan zou u een allergie kunnen hebben. Hieronder staan de klachten op een rijtje gezet:

- Klachten van de huid: galbulten, rood, jeuk of zwelling van lippen, tong, handen en voeten;
- Klachten van de maag en darmen: misselijk, overgeven, buikpijn, diarree, gevoel van dikke keel of slikklachten;
- Klachten van de luchtwegen: niezen, snotteren, verstopte neus, kortademig, piepen, hoesten of gierende ademhaling;
- Klachten van de ogen: jeukende en tranende ogen;
- Klachten van het hart en de bloedvaten: snelle hartslag, onregelmatige hartslag of lage bloeddruk;
- Klachten van het hoofd: licht in het hoofd voelen, duizelig, flauwvallen of bewusteloos.

Deze klachten komen in het algemeen binnen een uur nadat u gestoken bent.

**Hoe wordt een allergie voor insecten vastgesteld?**

Een arts zal allereerst willen weten welke klachten u precies hebt gekregen en hoe lang na de steek deze optraden. Als de arts denkt aan een allergie, dan kan hij of zij een test laten doen.

Wat kan er aan een allergie gedaan worden?

De behandeling hangt af van het soort klachten dat u hebt gekregen, hoe groot de kans is op een volgende steek en hoe gezond u verder bent. Als u alleen een

grote bult hebt gekregen, hoeft er verder niets te gebeuren. Wel zal de arts u adviezen geven hoe u een steek kunt voorkomen en hoe u, als u gestoken wordt, de steek moet behandelen.

Als u ernstiger klachten hebt, kan het zijn dat de arts voorstelt dat u voortaan een noodpen (adrenaline auto-injector) bij u gaat dragen. Als u dan gestoken wordt, kunt u uzelf daarmee een eerste behandeling geven voordat u naar de arts of het ziekenhuis gaat. In dat geval injecteert u zelf adrenaline in uw been. Deze noodpen wordt gegeven aan mensen die bij een steek alleen klachten van de huid hebben gekregen.

Mensen die klachten hebben gekregen van maag en darmen, luchtwegen en/of het hart zullen meestal het advies krijgen om immunotherapie te gaan volgen.

Hoe kan ik een steek voorkomen?

Opnieuw gestoken worden door een insect is natuurlijk nooit helemaal te voorkomen. Er is wel een aantal dingen, die u kunt doen om de kans op een nieuwe steek zo klein mogelijk te maken.

- Niet buiten eten (barbecue, picknick) en/of drinken, of direct uit een blikje drinken;
- Niet blootsvoets lopen;
- Niet tuinieren of fruit plukken;
- Niet buiten sporten, zeker niet in kleding die veel huid onbedekt laat. Ook niet verstandig: zo intensief gaan sporten dat je gaat hijgen en dus de hele tijd met je mond open loopt;
- Niet in de buurt van een bijenkorf staan als honing wordt verzameld;
- Wespennesten niet laten hangen; laat ze verwijderen door de gemeente;
- Niet wespennesten en bijenkorven verstoren (bijvoorbeeld door er iets tegenaan te gooien);
- Niet de ramen en deuren van de woning openzetten zonder horren;
- Je niet wassen met lekker geurend badschuim of lekkere luchtjes opspuiten in de zomermaanden;
- Je kleren niet wassen met sterk geurende wasmiddelen of wasverzachters tijdens de zomermaanden.

Wat te doen als je toch gestoken bent?

Als u ondanks de voorzorgsmaatregelen toch gestoken wordt, dan moet u onderstaande punten in acht nemen:

- **Als de angel in de huid zit, 'strijk' deze** er dan als het ware uit. Als u een pincet gebruikt, komt er juist meer gif vrij;
- Eventueel kunt u het gif er uit zuigen met een speciaal pompje dat te koop is bij de apotheek;

- Koel direct de steekplaats met bijvoorbeeld een ijspakking;
- Gaat het toch zwellen, dan kunt u een aspirine slikken om de klachten te verminderen;
- De huisarts kan een zalf voorschrijven (corticosteroidzalf) of een prednisonkuur geven als de klachten van zwelling heel hinderlijk zijn.

Bij het LICG kunt u terecht voor onafhankelijke en betrouwbare informatie over het 'houden van huisdieren'. Door het bieden van deze informatie en het organiseren van campagnes levert het LICG een bijdrage aan verbetering van de gezondheid en het welzijn van huisdieren in Nederland.

Versie: oktober 2012

Kijk voor de meest recente informatie op www.licg.nl