**Režimová opatření – alergie na bodnutí hmyzem**

Hmyzí alergii vyvolává bodnutí včely, vosy, někdy i sršeň.

Může být různě závažná – od lokální reakce kolem bodnutí až po těžký alergický šok,

který ohrožuje život .

Alergická reakce přichází během několika minut nebo desítek minut,

ale i několik hodin po bodnutí.

-místní (lokální) reakce : velký červený , svědivý, bolestivý otok, který může přetrvávat i několik dnů.

-celková reakce může být různě těžká:

kůže: zarudnutí, otok, kopřivka, svědění,

zažívací trakt: pocit na zvracení, zvracení, bolesti břicha, průjem

dýchací trakt: rýma, chrapot, kašel, dušnost, astmatický záchvat

oběhový systém: bledost, studený pot, nitkovitý puls, tachykardie, hypotenze, arytmie,

urogenitální systém: stahy dělohy, močového měchýře, ledvinová kolika

nervový systém: nervozita, strach, neklid, bolesti hlavy, porucha vědomí

může dojít až k šokovému stavu: bezvědomí, křeče, selhání dýchacího a kardiovaskulárního systému

Preventivní opatření:

-nechoďte po trávě bosi

-noste sluneční brýle ( zvláště při jízdě na kole)

-nenoste oblečení výrazných barev a vzorů (žlutá, červená..), budete připomínat květy

-nepoužívejte parfémy, parfémované krémy, oleje, pozor na pot

-pokud venku pijete, jíte, mlsáte něco sladkého, hlídejte si jestli není na potravině včela, vosa,žihadlo obdržené do krku , dutiny ústní patří mezi nejnebezpečnější.

-vyhýbejte se odpadkovým košům, nádržím s vodou, kalužím, bazénům, barelům na dešťovou vodu….

-před jízdou autem zkontrolujeme, zda v autě není bodavý hmyz a je nevhodné jezdit autem s otevřenými okny

-nedělejte prudké pohyby

-do oken si pořiďte síta proti hmyzu!

-lidé alergičtí na včelí jed obvykle nesnášejí včelí produkty: mateří kašičku, med, propolis

,příznaky bývají různé – kopřivka, bolesti břicha, zvracení, průjem, dušnost, kašel, kýchání…

**První pomoc při bodnutí:**

-vyjmeme žihadlo

-místo chladíme, v případě bodnutí do krku, jazyka vložíme do úst kostku ledu

-použijeme léky z balíčku první pomoci:

Antihistaminika (Xyzal, Xados, Zyrtec, Zodac..)

Kortikosteroidy (Prednison )

Inhalační léky, které uvolňují průdušky (Ventolin..)

-pacienti s rizikem vážné alergické reakce jsou vybaveni autoinjektorem (injekční pero)

s adrenalinem (epinefrin) – aplikujte do zevní, střední části stehna, vždy kolmo ke stehnu, jehla projde i oblečením

-léky z balíčku první pomoci je třeba užívat podle ordinace lékaře

-v případě závažné reakce volejte RZP – tel: 155