



# Insectenbeten

**Muggen en dazen voeden zich met bloed dat ze opzuigen, net zoals teken. Deze laatste kunnen je besmetten met een bacterie die de ziekte van Lyme kan veroorzaken**

Na een insectensteek of beet kunnen plaatselijke en algemene klachten optreden. Bij een plaatselijke reactie wordt de huid pijnlijk, rood en gezwollen. Vaak gaat de huid jeuken.

Insectensteken in de mond en keel kunnen gevaarlijk zijn. De zwelling kan de vrije luchttoevoer naar de longen belemmeren, bijgevolg is een doktersbezoek dan aangewezen.

## Wat te doen bij insecten- en tekenbeten?

Bij een **wespen- of bijensteek** de angel zo snel mogelijk verwijderen door deze er met de vingernagel uit te wippen en dit tegen de steekrichting in. Het is heel belangrijk om ijs te leggen om de zwelling te beperken en daarna een kalmerende crème aan te brengen. Dit is zeker ook aan te raden bij muggen en dazensteken. Bij hevige jeuk kan een antiallergisch geneesmiddel ingenomen worden.

Bij **tekenbeten** de teek zo snel mogelijk met een teekentang verwijderen. Smeer geen middeltjes op de teek om hem te verdoven of doden. Juist dan zal hij de inhoud van zijn speekselklier in de wond spuiten en eventueel Lyme veroorzaken, of een hersenvliesontsteking waarvoor wel een vaccin beschikbaar is.

## Welk insecten-werend middel gebruiken?

Gebruik geen DEET bij baby's. Hiervoor bestaan er alternatieven op basis van etherische oliën.

Voor kinderen en volwassenen mag je DEET-producten gebruiken met een concentratie van 30%, IR3535, Icaridine of met het natuurlijke bestanddeel citrodiool. In tropische streken is een concentratie van 50% DEET aan te raden.

## Denk ook aan je huisdier!

Ook voor onze geliefde huisdieren zijn vlooien, teken en vliegende insecten een bron van overlast. Deze beten zijn pijnlijk en bovendien kunnen deze parasieten ziektes overbrengen. Regelmatig preventief behandelen is de boodschap. Dit kan heel eenvoudig door 1x per maand een pipetje op de vacht aan te brengen en is erg belangrijk als het huisdier meegaat op vakantie.

### Tips

- Vermijd parfum want dit trekt insecten aan.
- Draag aansluitende kledij, vooral bij wandelingen in dichtbegroeid gebied en controleer nadien het lichaam op eventuele teken.
- Bij veel zweten of bij contact met water, best regelmatig een insectenwerend product aanbrengen op de onbedekte huid.
- Het is belangrijk om eerst zonnebrandcrème aan te brengen en pas 30 minuten later het insectenwerend middel.

