



## Preporuke u slučaju oboda insekata

- Većina uboda pčela, osa i stršljena uzrokuje bol i blagu oteklinu, ali pojedine osobe razviju alergijske reakcije na ubode koje mogu biti opasne po život.
- Svrab nakon uboda može ublažiti umirujuća mast, antihistaminske tablete ili steroidna krema.
- Ako vas pčela ubode, a žalac ostane u koži, izvadite ga što je brže moguće. Nemojte ga čupati jer bi to moglo istisnuti još otrova u kožu, probajte ga sastrugati.
- **Odmah pozovite hitnu pomoć ako posumnjati na alergijsku reakciju ubrzo nakon uboda.**

## Kako liječiti ubod insekata

Većina uboda insekata (od kojih su najčešći ubodi pčela i osa) rezultiraju blagom lokalnom reakcijom kože.

Ako razvijete blagu lokalnu kožnu reakciju:

Hladni oblog će ublažiti bol i pomoći u smanjenju otoka - na primjer, koristite hladan flanel ili ledeni paket.

Lijek protiv bolova kao što je paracetamol ili ibuprofen može pomoći ako imate bilo kakvu bol.

Ako svrbi, možda vam neće biti potreban nikakav tretman, jer svrab često ubrzo nestaje. Međutim, ponekad svrab traje satima ili par dana. Nijedan tretman neće u potpunosti ukloniti svrab, ali sljedeće može pomoći:

Fenistil mast (koju možete kupiti u apotekama) djeluje umirujuće kada se utrlja na kožu koja svrbi.

Može biti korisna steroidna krema - na primjer, hidrokortizon koji možete kupiti u apoteci ili nabaviti na recept. U nekim slučajevima ljekar može propisati jaču steroidnu kremu.

Tablete antihistaminika mogu biti korisne ako imate više uboda ili ako svrab ometa san.

## Ubod pčele

Ako vas ubode pčela, tretirajte blagu kožnu reakciju kao što je gore navedeno.



Ako je žalac još uvijek na mjestu - ostružite ga. Koristite ivicu noža, ivicu kreditne kartice, nokat ili bilo šta slično.

### **Ubod ose**

Ose ne ostavljaju žalac u koži kada ubodu. Ako vas ubode osa, tretirajte lokalnu kožnu reakciju kao što je gore navedeno.

### **Lokalizirana alergijska reakcija**

Neki ljudi su alergični na ubode insekata. Ako niste jako alergični primijetit ćete otok na mjestu uboda. Ovo će vjerovatno postati veće tokom nekoliko sati, a zatim će postepeno nestati za nekoliko dana.

Veličina otoka može varirati, ali može dostići mnogo centimetara u prečniku. Otok se može čak proširiti na cijelu ruku ili nogu. Oticanje nije opasno osim ako ne utiče na disajne puteve. Međutim, ako je ozbiljna reakcija, na koži se mogu pojaviti plikovi.

Ako razvijete lokaliziranu alergijsku reakciju:

Uzmite tabletu antihistaminika što je prije moguće. Možete ih kupiti u apotekama ili nabaviti na recept.

Antihistaminici blokiraju djelovanje histamina, hemikalije koju oslobađaju određene ćelije u tijelu tokom alergije reakcije.

Koristite hladni oblog da ublažite bol i smanjite oticanje. Na primjer, koristite hladan flanel ili paket leda.

Lijekovi protiv bolova kao što su paracetamol ili ibuprofen mogu pomoći u ublažavanju bolova.

Nastavite sa antihistaminicima dok otok ne popusti. Ovo može trajati nekoliko dana.

Posjetite ljekara ako je otok jak. Vaš ljekar može propisati kratak kurs steroidnih tableta za suzbijanje upale.

### **Generalizirana alergijska reakcija**

Ovo je neuobičajena, ali ozbiljnija reakcija na ubod. To se najčešće dešava kod uboda ose. Otprilike četvrtina ljudi koje ubode osa ili pčela ima neku vrstu alergijske reakcije. Samo u malom udjelu ovih je reakcija teška.

Centar za Kliničku Imunologiju sa Alergologijom  
Maršala Tita 2  
Sarajevo 033/222-555  
062/836-806



Ova teška reakcija se zove **anafilaksija** i ako se pravovremeno ne reaguje dolazi do gubitka svijesti. Mali broj ljudi umire svake godine kao rezultat ove vrste teške reakcije, obično zato što ne dobiju medicinski tretman dovoljno brzo.

### **Simptomi teške reakcije:**

Svrab kože na više regija tijela, praćen osipom

Oticanje lica, koje se može proširiti na usne, jezik, grlo i gornje disajne puteve

Osjećaj predstojeće propasti

Grčevi u stomaku (abdominalni) i mučnina

Proširivanje krvnih sudova, što može uzrokovati:

Opšte crvenilo vaše kože

Ubrzan rad srca

Nizak krvni pritisak

Ubrzan rad srca

Nizak krvni pritisak, zbog kojeg se možete osjećati nesvjesticu ili čak izgubiti svijest

“Zviždanje” u grudima ili otežano disanje, zbog napada astme ili oticanja grla.

Teška generalizirana reakcija obično se razvija unutar 10 minuta nakon uboda.

**Ako se razviju bilo kakvi simptomi generalizirane alergijske reakcije odmah pozovite hitnu pomoć.**

**Ako ste ranije od svog ljekara dobili preporuku za adrenalinski (epinefrin) autonjektor I ako ste ga uspjeli nabaviti , odmah ga koristite prema uputama. (Međutim, morate ipak pozvati hitnu pomoć.)**

U medicinskoj ustanovi će te vjerovatno dobiti kiseonik i dodatne injekcije adrenalina (epinefrina), steroida i antihistaminika.



Ako imate više uboda pčela ili osa u isto vrijeme, to također može uzrokovati ozbiljne tegobe. To je obično reakcija zbog visoke doze otrova, a ne alergije.

### **Kada trebate potražiti savjet ljekara?**

Nakon ujeda ili uboda insekta, svrbež i crvenilo kože su česti i mogu trajati do 10 dana. Sve dok se vaši simptomi poboljšavaju i osjećate se dobro, ne morate tražiti pomoć.

Trebali biste potražiti liječnički savjet ako ubod izgleda zaraženo (vidi dolje), ako razvijete simptome generalizirane alergijske reakcije ili ako imate kožnu reakciju koja izgleda kao da je uporna i/ili se širi.

### **Kako znati da li je ubod zaražen?**

Povremeno se nakon uboda razvije infekcija kože, posebno ako se mnogo češete, što može oštetiti kožu i omogućiti bakterije da uđu. Znakovi infekcije će biti crvenilo i osjetljivost oko uboda.

U periodu od nekoliko dana, infekcija se može širiti i ponekad može postati ozbiljna. Crvenilo i otok koji počinje i brzo se širi, vjerojatnije je da je posljedica alergije nego infekcije. Ako se koža oko ugriza inficira, možda će vam trebati antibiotik. Ovo obično nije potrebno, ali trebate potražiti pomoć ako se vaši simptomi značajno pogoršaju ili pogoršaju brzo, ili se počnete osjećati loše (sa groznicom, vrtoglavicom, zimicama, itd.).

Nemate alergijsku reakciju nakon prvog uboda određene vrste insekata. Potreban vam je jedan ili više uboda za 'senzibilizaciju' vašeg imunološkog sistema.

Ponekad je potrebno mnogo uboda da vas senzibilizira. Zbog toga neki pčelari koji su imali mnogo prethodnih uboda mogu iznenada razviju alergijsku reakciju na ubod pčele.

Otrovi pčela i osa su različiti. Osobe koje su senzibilizirane i 'alergične' na otrov osa rijetko su alergične na pčelinji otrov.

Otpribliže 1 od 5 osoba koje su imale prethodnu generaliziranu alergijsku reakciju na ubod nemaju takvu reakciju, ili samo blažu reakciju, na dalji ubod. Stoga, ako imate generaliziranu reakciju na ubod, to ne mora značiti da će se i dogoditi ponovo ako vas ponovo ubode. Međutim, kurs može biti promjenjiv. Ukratko, ako imate alergijsku reakciju na ubod, ne možete predvidjeti šta će se dogoditi sljedeći put kada vas ubodu. Vaš ljekar vas može uputiti Specijalisti za Alergije ako je ubod izazvao generaliziranu reakciju ili ste razvili veliku lokalnu kožnu reakciju sa crvenilom i otok preko 10 cm.

Centar za Kliničku Imunologiju sa Alergologijom  
Maršala Tita 2  
Sarajevo 033/222-555  
062/836-806



Klinika za alergije će moći da uradi testove kako bi potvrdila vrstu otrova ili insekata na koje ste alergični. Tada su moguće dvije opcije koje se mogu razmotriti:

1. Hitni lijekovi: dobivate zalihe hitnih lijekova koje možete koristiti kada je to potrebno. Nekim ljudima se preporučuje da imaju adrenalinski autoinjektor (epinefrin) zajedno s pisanim planom liječenja kako biste se nosili sa svim budućim reakcijama. Vas i vama bliske osobe treba obučiti o korištenju propisane hitne terapije.

2. Desenzibilizacija: daju vam se injekcije male količine otrova od vrste insekata koji izazivaju vašu alergijsku reakciju. Ponovljene doze otrova tokom nekoliko sedmica mogu 'desenzibilizirati' vaš imuni sistem i tako nećete ozbiljno reagirati kod sledećeg uboda. Ovaj tretman uključuje određeni rizik od izazivanja teške reakcije, pa se obavlja samo u određenim specijalizovanim centrima (kontaktirati subspecijalistu Alergologa radi detaljnih uputstava) .

### **Sprečavanje uboda insekata**

Ubodi se najčešće javljaju napolju, posebno u prirodi.

Za smanjenje rizika od uboda pčela i osa preporučuju se sljedeće mjere:

Nosite odjeću svijetlih boja, dugih rukava, dugih nogavica

Izbjegavajte jake mirise, parfeme i šampone s jakim mirisom

Nosite cipele dok ste na otvorenom i pokrijte tijelo odjećom i šeširom

Koristite rukavice dok radite u bašti

Izbjegavajte branje voća sa zemlje ili drveća

Izbjegavajte da pijete iz otvorenih flaša ili limenki za piće kako biste spriječili ubod u usta

Operite ruke nakon jela ili rukovanja ljepljivom ili slatkom hranom na otvorenom (posebno dječje ruke)

Nepojedenu hranu držite pokrivenom, posebno kada jedete na otvorenom

Uvijek kontaktirajte stručnjake za uklanjanje gnijezda pčela ili osa

Nosite punu zaštitnu odjeću dok rukujete pčelama.

Centar za Kliničku Imunologiju sa Alergologijom  
Maršala Tita 2  
Sarajevo 033/222-555  
062/836-806



Centar za Kliničku Imunologiju sa Alergologijom  
Maršala Tita 2  
Sarajevo 033/222-555  
062/836-806