Tipps

- Hohe Schuhe und lange Hosen bei Ausflügen
- Beim Gehen fest auftreten, Schlangen sind vibrationsempfindlich
- Wo ein Weg ist, diesen nutzen.
- Schauen , wo man hingreift.
- Schlangen - auch vermeintlich tote - nicht anfassen
- Bei Nacht nur mit Taschenlampe gehen.

Ich bin gebissen worden, was soll ich tun?

Denken Sie daran, 50 % der Schlangenbisse sind giftfreie Abwehrbisse. Was ist zu tun?

- Versuchen Sie, Ruhe zu bewahren! Es ist kein Notfall.
- Schienen Sie die Extremität, falls möglich.
- Legen Sie einen Kompressionsverband an.
- Belasten Sie die betroffene Extremität möglichst wenig.
- Suchen Sie dann einen Arzt auf

.....und was soll ich *nicht* tun?

Falsch ist:

- Extremität abbinden
- Wunddesinfektion
- Wunde aussaugen
- Wunde ein-/ausschneiden
- Wunde umspritzen
- Traditionelle Methoden wie "black stones"
- Schlange nachjagen, um dem Arzt die Schlangenart sagen zu können. Fühlt sich die Schlange wirklich bedroht, wird sie dann wirklich *giftig* zubeißen.

Praxis Dr. med. Günter Böcking

Was tut der Arzt?

Er wird zunähst den Verband langsam öffnen, die Wunde inspizieren / desinfizieren, ggf. eine Infusion anlegen und Sie unter Beobachtung stellen. Ein gültiger Tetanusschutz wird erfragt. Da je nach Schlangenart spezielle Antiseren nötig sind und diese oft erhebliche Nebenwirkungen haben, wird man zunächst engmaschig Ihren Gesundheitszustand kontrollieren. Dies reicht bei der weitaus größten Zahl der Betroffenen aus. Die Chance, dass Sie mit einem kleinen "Kratzer" davonkommen, ist also sehr groß.

Schlussfolgerung:

Gesundheitsschäden durch Gifttiere sind selten, von der Häufigkeit her sind Hauterscheinungen durch Insektenstiche und Quallen ganz im Vordergrund. Andere Ereignisse sind sehr selten und selten ernst. Neben schmerz- und juckreizstillenden Cremes sind weitere Medikamente selten nötig.
Antiseren gegen Schlangengifte sind in den meisten Fällen medizinisch unsinnig und haben für den Reisenden wegen ihrer schlechten Lagerbarkeit, ihren hohen Nebenwirkungen ihrem hohen Preis keine Bedeutung. Durch einfache Mittel, wie z. B. sorgsame Essensauswahl, Badeschuhe/ Taucherbrille und hohe Wanderschuhe mit langer Hose, sind Giftunfälle auf Reisen vermeidbar.

Ihr Praxisteam

Wir wünschen Ihnen eine angenehme Reise!

Gifttiere

So wichtig dieses Thema insbesondere für die arbeitende Bevölkerung im Reiseland ist, so wenig sind glücklicherweise Reisende selbst davon betroffen. Mit Ausnahme von Badeunfällen (Quallen, Korallen, Fische mit Stacheln), Wespen-Bienenstichen und Fisch- / Muschelvergiftungen sind Giftunfälle bei Reisenden extrem selten.
Dieser kleine Handzettel soll Ihnen einige wichtige Informationen zur Ursache und praktischen Vermeidung geben.

Gifte durch Essen von Meeresfrüchten

Durch Verzehr von so genannt passiv giftigen Meerestieren kommt es zur Aufnahme von z.B Algengiften , die geschmacklich nicht sicher erkennbar sind und durch Kochen nicht inaktiviert werden. Zu diesen Speisen können z.B. Muscheln oder Riff-Fische zählen, die - ohne selbst zu erkranken - Algengifte aufgenom-men haben. Ein typisches Beispiel hierfür ist die Ciguatera-Intoxikation, die sich vor allem in der Karibik und im Pazifik findet. Betont nach heftigem Sturm oder bei massiver Algen-vermehrung, sog. "red tide", gelangen die Gifte über die Nahrungskette bis zu den großen Baracudas, die als Speisefische auf vielen Speisekarten angeboten werden.
Nach Symptomen einer Magendarmgrippe mit Erbrechen und Durchfall kann es anschließend zu neurologischen Symptomen kommen. Die Erkrankung heilt stets ohne Residuen aus.

Praxis Dr. med. Günter Böcking

Tipp:
Essen Sie nach stürmischer See oder bei "red tide" lieber Huhn oder vegetarisch. Schauen Sie, was die Einheimischen essen und lassen Sie sich ggf. von ihnen beraten.
Baracudas, Red Snapper und andere Riff-Fische gehören zu diesem Zeitpunkt nicht auf den Teller.

Aktiv giftige Meerestiere

Von der Häufigkeit her haben die Nesseltiere wohl die größte Bedeutung. Sie treten nach Stürmen häufiger in Strandnähe auf.
Die meisten von Ihnen rufen innerhalb weniger Minuten durch Freisetzen von Nesselgiften örtliche Hautreaktionen hervor, die mit streifigen oder teils blasigen juckenden Rötungen einer Allergie ähneln, i.d.R. aber unter örtlicher Behandlung mit antiallergischen oder steroidhaltigen Cremes/Gels (z.B. Fenistil-Gel®, Kortikoid-ratio Cr.® u..a.), nach wenigen Tagen abheilen.
Einige seltene Quallen, die auf wenige Regionen der Erde begrenzt sind, können bedrohliche Symptome verursachen:

- Würfelquallen in Australien und direkte Umgebung (Chironex fleckeri)
- Portugisische Galeere im Atlantik (Physalia physalis).

Sie gelangen nur sehr selten in die küstennahen Baderegionen. Wichtig hierbei ist, dass ggf. noch anhaftende Quallententakel mit Essigwasser begossen und dann erst abgelöst werden sollten, um neuerliches Platzen der Nesselkapseln zu verhindern.
Achten Sie einmal auf die Essigwasserbehälter an australischen Lifeguard-Posten!
Tipp:
Taucher in diesen Regionen sollten so genannte "stinger suits" tragen.

Des Weiteren zählen Tiere mit giftigem Stachel (Stachelrochen, Steinfisch, Rotfeuerfisch, Seeigel u.a.), oder Schleuderapparat (Kugelschnecken) und Seeschlangen zu den aktiv giftigen Meerestieren. Die Tiere können sich in seichtem Wasser für Badende nahezu unsichtbar im Sand verbergen. Vermeidung ist auch hier die beste Lösung:
Tipps:

- Gehen Sie mit Badeschuhen ins Wasser und schlagen - wie dies auch Fischer häufig tun - dabei mit den Händen auf die Wasseroberfläche, Rochen werden dann die Strandnähe verlassen.
- Schwimmen Sie frühzeitig, statt ins Wasser zu waten.
- Eine Taucherbrille verschafft auch für Schwimmer klare und oft interessante Sicht.
- Im Wasser nichts anfassen, so bleiben Sie und das Biotop weitgehend geschont.
- Gehen Sie lieber tagsüber Schwimmen, Seeigel sind nachtaktiv und kommen dann in Strandnähe.

Insektenstiche

Auch bei uns ist dies ja hinreichend bekannt. Neben dem Einreiben mit mehr als 30%-DEET-haltigen Repellentien (z.B. Nobite® u.a.) hier noch einige weitere **Tipps**:

- Tragen Sie dezent gefärbte Kleidung, bunte oder auffällig gemusterte Kleidung und blumiges Parfüm ziehen Insekten an.
- Viele Insekten bevorzugen Bodennähe. Tragen Sie lange imprägnierte Kleidung.
- Bewegen Sie sich in Anwesenheit von Bienen, Wespen u.ä. langsam.
- Luftzug (Wind oder Ventilatoren) vertreibt die meisten Insekten. Wählen Sie z.B. auf der abendlichen Terrasse den Sitzplatz neben dem Ventilator.
- Tragen Sie stets Schuhe, so treten Sie nicht versehentlich barfuß in ein Bienennest.

Skorpione und Spinnen

Nicht alle Skorpione sind giftig. Gefährliche Arten finden sich fast ausschließlich im vorderen und mittleren Orient, Nordafrika, dem tropischen Amerika, Mexiko und Indien. Als grobe Regel gilt: Je kräftiger der Schwanz im Verhältnis zu den Scheren, um so giftiger. Sie lieben die Wärme und finden sich daher gelegentlich in vor dem Schlafen abgelegter Kleidung oder Schuhen. Bedrohlich für den Menschen werden sie nur dann, wenn Sie sich bedroht fühlen.
Tipp: Der beste Schutz gegen Skorpione und die sehr seltenen gefährlichen Spinnenarten, aber auch nachtaktive Schlangen ist ein Moskitonetz sowie das Ausschütteln von Kleidung und Schuhen vor dem Ankleiden.

Schlangen - Gegengift mitnehmen?

Ein viel diskutiertes, aber im Alltag des Reisenden sehr seltenes Ereignis. Schlangen finden sich häufig unter Steinen, im Gebüsch und selten auf Bäumen. Sie sind i.d.R. scheu und flüchten bei Erschütterung des Bodens oder nutzen Ihre Tarnung mit Stillhaltereflex. Ihr Gift benutzen sie nur zum Erlegen ihrer Beute (z.B. Nager). Der Mensch ist hierfür zu groß d.h.: eine Schlange wird sich bei Bedrohung durch einen giftfreien Abwehrbiss (ca. 50%) zu verteidigen suchen.

Praxis Dr. med. Günter Böcking