

Bee stings

A bee sting can be a very unpleasant experience! Some people are highly allergic to bee venom and can present with life threatening symptoms after only one sting. Some of us might not even be aware that we are allergic, so it's important to protect yourself against beestings.

- Be aware of bees when you are outside in the garden. Colourful, sweet smelling flowers will attract bees.
- Sugary foods and drinks will attract bees and wasps so be careful what you eat outdoors.
- Throat stings may be very dangerous so look inside the soda can before you take a sip. Alternatively keep your beverage in a bottle with a cap.
- Rinse your garbage and recycling cans and keep lids on them.
- If a bee is flying around your head keep still and don't swat at it.

The vast majority of stings cause only minor problems but severe life threatening symptoms may rapidly occur. If you get stung by a bee:

- Remove the stinger as soon as possible using the edge of a sharp knife or something like a bank card to scrape it off.
- Look for symptoms of an allergic reaction (diffuse swelling, itchiness, difficulty in swallowing and breathing).
- If these symptoms are present, immediately go to a healthcare facility.
- You can take an antihistamine and if it was prescribed in the past use epinephrine (EpiPen).
- If allergic symptoms are absent wash the area with soap and water and apply ice to the sting for 20 minutes.
- You can take ibuprofen or paracetamol for pain relief and apply calamine lotion or hydrocortisone cream to the sting site.



Poison Information Helpline: 0861 555 777

By steek

'n Bysteek kan 'n baie onaangename ondervinding wees! Sommige mense is baie allergies vir bysteek en kan lewensgevaarlike simptome ontwikkel na een bysteek. Jy weet dikwels nie dat jy allergies is vir die gif van 'n by nie. Dit is dus baie belangrik dat jy jouself teen bysteek beskerm.

- Jy moet versigtig wees wanneer jy buite in die tuin tussen helderkleurige blomme is. Bye hou van sulke blomme veral die wat 'n soet geur het.
- As jy weet jy is allergies vir bysteek bly weg van die blomtuin af.
- Soet koeldrankies en kos lok bye en perdebye, wees daarom versigtig wanneer jy buite eet en drink.
- Bye kruip maklik en gou in 'n blikkie koeldrank, wees daarom baie versigtig wanneer jy 'n slukkie koeldrank uit 'n oop blikkie neem. Bedek jou blikkie met iets of gooi die koeldrank in 'n glas sodat jy kan sien of daar iets in is. 'n Bysteek in die keel kan baie gevaarlik wees.
- Spoel blikkies eers uit voordat jy dit in die drom gooi of herwin en hou altyd jou asdrom toe.
- Moenie 'n by wegslaan as hy om jou rond vlieg nie. Hy sal jou steek.

Die meeste bysteke veroorsaak min of geen problem nie, alhoewel in sommige gevalle lewensgevaarlike simptome kan ontwikkel. As jy deur 'n by gesteek word moet jy:

- die angel so gou as moontlik verwyder deur dit met die rand van 'n skerp mes of 'n bankkaart af te skraap.
- kyk vir die ontwikkeling van allergiese simptome soos bv erge swelling, jeuk, sukkel om te sluk of sukkel om asem te haal.
- dadelik na 'n hospital toe gaan as hierdie syptome ontwikkel
- 'n antihistamien pilletjie drink of epinefrien (Epipen) gebruik as dit reeds voorheen vir jou voorgeskryf is.
- Indien daar geen allergiese simptome is nie, was die area goed met seep en water waarna ys vir 20 minute opgesit kan word.
- Vir pynverligting kan ibuprofen of parasetamol geneem word en "calamine lotion" of 'n kortisoon salf op die geaffekteerde area aangewend word.