

Verletzungen im Meer

Erste Hilfe bei Seeigeln, Quallen und Co.



KHR | Mit steigenden Temperaturen zieht es viele Menschen an die Küsten – ob an Nord- und Ostsee, Mittelmeer oder Atlantik. So erholsam das Schwimmen und Planschen ist, sollten mögliche tierische Gefahren durch Quallen, Seeigel oder Petermännchen nicht unterschätzt werden. Neoprenanzug und feste Badeschuhe schützen meist gegen Stichverletzungen und im Ernstfall helfen die richtigen Erste-Hilfe-Maßnahmen.

Quallenstich: (warmes) Meerwasser, Rasierschaum oder Essig

Verspürt man beim Schwimmen im Meer plötzlich ein leichtes bis stechendes Brennen, das sich durch Rötung, Schwellung oder quaddelartige Streifen auf der Haut zeigt, kann das ein Hinweis auf einen Quallenstich sein. Die schmerzhaften Reizungen entstehen durch den Kontakt der Haut mit den giftgefüllten Nesselkapseln an den Tentakeln der Quallen.¹ Diese dienen dem Beutefang und der Verteidigung und sind meist kaum sichtbar, da sie deutlich unauffälliger sind als der Schirm der Qualle. Die empfohlenen Erste-Hilfe-Maßnahmen variieren je nach Quallenart, Region und Symptomen: So wird bei Stichen durch Feuerquallen, wie sie in der Nord- und Ostsee vorkommen, häufig zunächst Rasierschaum zur Inaktivierung der Nesselkapseln eingesetzt, da Essig diese bei dieser Quallenart zusätzlich auslösen könnte. Bei der Portugiesischen Galeere – einer Kolonie aus vier spezialisierten Polypen – unterscheiden sich die Erste-Hilfe-Empfehlungen je nach Region: Im Atlantik gelten etwa 50 °C heißes Meerwasser und verdünnter Essig als geeignete Spülösungen.² Im Indopazifik wird in tropischen Gebieten bei unsicherer Quallenart Essig empfohlen, in nicht-tropischen Gebieten hingegen Meerwasser zum Spülen und anschließend 45 °C warmes Wasser für 20 Minuten zur Schmerzbehandlung.³ Im Zweifel gilt: Meerwasser ist meist die sicherste Sofortmaßnahme, da Süßwasser die Nesselzellen aktiviert

und dadurch die Beschwerden verschlimmert! Tentakelreste können mit einer Karte, Handschuhen oder einer Pinzette entfernt und der Schmerz an der betroffenen Stelle durch Wärme- oder Kälteanwendungen, Antihistaminika oder Kortison gelindert werden.¹ Sollte nach einem Quallenstich der Verdacht auf eine stark giftige Quallenart oder eine unzureichende Tetanusprophylaxe bestehen, sollte umgehend ärztliche Hilfe in Anspruch genommen werden.^{1,3} Dies gilt natürlich auch bei sehr starken Schmerzen bzw. systemischen Symptomen wie Atemnot, Übelkeit, Erbrechen oder Bewusstlosigkeit.

Petermännchenstich: Heißwasserbehandlung

Gerade noch schwimmend, tastet man mit den Füßen den Meeresboden ab, um entspannt im flachen Wasser zu stehen oder über den Sand zu spazieren. Dabei über sieht man leicht das teilweise im Sand eingegrabene und unter anderem in Nordsee und Mittelmeer lebende Petermännchen. Als Abwehrreaktion richtet es seine giftigen Stacheln an Rückenflosse und Kiemendeckeln auf.⁴ Kontakt mit den Stacheln äußert sich durch einen stechenden bis brennenden Schmerz im Fuß, oft begleitet von Schwellung oder Bewegungseinschränkung. Die Wunde sollte zunächst mit Meerwasser gespült und eventuelle Stachelreste sollten entfernt werden. Zur Inaktivierung hitzeempfindlicher Toxine empfiehlt sich eine Heißwasserbehandlung: Dabei wird die betroffene Stelle für 30–90 Minuten in 42–45 °C warmes Wasser getaut. Sobald die Schmerzen nachlassen, sollte eine gründliche Wundreinigung erfolgen, die betroffene Extremität hochgelagert und bei Bedarf ein Analgetikum wie Ibuprofen eingenommen werden. Wichtig ist nach der Wundreinigung zudem, dass die Wunde offen bleibt, um eine ungestörte Drainage zu ermöglichen und das Infektionsrisiko zu minimieren.⁵ Bestehen die Schmerzen trotz Heißwasserbehandlung fort, besteht der Verdacht auf eine unzureichende Tetanusprophylaxe oder treten Anzeichen einer Infektion bzw. systemische Symptome

wie Kreislaufprobleme, Unruhe, Übelkeit, Kopfschmerzen oder Atemnot auf, sollte umgehend ärztliche Hilfe in Anspruch genommen werden.^{4,5}

Seeigelstich: Heißwasserbehandlung (mit Essig)

Gerade noch hat man schnorchelnd Fische am Felsriff beobachtet – nun möchte man eine kurze Pause auf einem im Wasser liegenden Felsen einlegen. Dabei können in felsigen Küstenregionen lebende und weltweit verbreitete Seeigel leicht übersehen werden.^{6,7} Die unter anderem zur Verteidigung dienenden Stacheln sowie gegebenenfalls giftabgebende Pedicellarien – kleine zangenähnliche Greifwerkzeuge – verursachen bei Kontakt einen sofortigen, stechenden Schmerz, oft mit sichtbaren Stachelresten in der Haut, gefolgt von Rötung und Schwellung. Seeigelstacheln können durch Spülen mit Essig teilweise aufgelöst und gegebenenfalls vorsichtig mit einer Pinzette entfernt werden. Zur Schmerzlinderung und Inaktivierung hitzeempfindlicher Toxine empfiehlt sich – wie auch beim Petermännchen – eine 30–90-minütige Heißwasserbehandlung bei 42–45 °C, optional mit einer 1:1-Mischung aus Essig und Wasser. Anschließend sollte die Wunde gründlich gerei-

nigt und desinfiziert werden. Ärztliche Hilfe sollte in Anspruch genommen werden, wenn starke Schmerzen, Bewegungseinschränkungen oder eine Gelenkbeteiligung auftreten. Auch bei Verdacht auf eine unzureichende Tetanusprophylaxe, bei tief sitzenden Stachelresten, einer lokal auftretenden Infektion oder bei systemischen Symptomen wie Fieber, Muskelschwäche, Kreislaufproblemen oder Atemnot ist ein Arztbesuch unerlässlich.

- 1 Hoffmann et al. Therapieoptionen bei Vernisselungen durch Quallen an deutschen Küstengewässern. Notfall + Rettungsmedizin 2016; 20: 403–409. <https://doi.org/10.1007/s10049-016-0227-9>
- 2 Barón-Boulet et al. The toxicity of *Physalia physalis*: systematic review and experimental study. Int Marit Health 2025; 76(1): 42–62. https://journals.viamedica.pl/international_maritime_health/article/view/101435
- 3 Australian Resuscitation Council. (2010). Envenomation – Jellyfish stings. <https://icmwk.com/wp-content/uploads/2015/06/ARC-jellyfish.pdf>
- 4 Jalil et al. (2020). Iatrogenic thermal burn after hot water immersion for weever fish sting treatment: a case report. <https://doi.org/10.1177/2059513120944045>
- 5 Shiel et al. Weeverfish Sting. eMedicineHealth. https://www.emedicinehealth.com/wilderness_weeverfish_sting/article_em.html
- 6 Schwartz et al. Sea urchin injuries: a review and clinical approach algorithm. Journal of Dermatological Treatment 2021; 32(2): 150–156. <https://doi.org/10.1080/09546634.2019.163884>
- 7 Felchner, Fromm. (2021). Seeigel-Stich. netDoktor. <https://www.netdoktor.at/krankheiten/seeigel-stich/>

Lebensgefahr Allergie Wenn das Immunsystem versagt

Eine Anaphylaxie ist die schwerste Form einer allergischen Reaktion – sie kann innerhalb weniger Minuten lebensbedrohlich werden. Auslöser sind oft Insektenstiche, bestimmte Arzneimittel, Nahrungsmittel oder auch Impfstoffe.

Durch eine übertrieben starke Immunreaktion werden Botenstoffe freigesetzt, die zu Hautausschlag, Atemnot, Kreislaufproblemen und im schlimmsten Fall zum Herzstillstand führen können. Deshalb ist es wichtig, Anzeichen früh zu erkennen und schnell zu handeln. In Apotheken, die Impfungen anbieten, sollte das gesamte Team für den Notfall vorbereitet sein. Symptome wie Atemnot oder Blutdruckabfall (Stadium II) sind ein Fall für die Anwendung eines **Adrenalin-Autoinjektors wie FASTJEKT®** sowie eine sofortige notärztliche Versorgung. Studien zeigen: Die Anwendung per Autoinjektor ist schneller und sicherer als eine manuelle Injektion.

Es sollten **immer zwei Pens griffbereit** sein, da manchmal eine zweite Dosis nötig ist, wenn sich der Zustand

nach 5–10 Minuten nicht bessert. Wichtig: Der Autoinjektor ersetzt nicht die ärztliche Weiterbehandlung – aber er kann Leben retten, wenn er rechtzeitig eingesetzt wird.

Der Beratungsleitfaden auf der folgenden Seite fasst wichtige Informationen rund um den anaphylaktischen Schock zusammen. Zudem finden Sie den Beratungsleitfaden auf dem DeutschenApothekenPortal zum Download. Beachten Sie auch das Poster zum Thema anaphylaktischer Schock, das diesem Dialog beiliegt.

Beratungsleitfaden „Anaphylaktischer Schock“:

 www.DAPdialog.de/8836

