

## HAUTSCHUTZ

# ACHTUNG INSEKTENSTICHE

**Kaum ist Sommer, sind auch sie da: Mücken, Wespen oder Bremsen. Und so wichtig sie für das Ökosystem sind, so unangenehm können ihre Stiche sein. Hier ein paar hilfreiche Hinweise.**

**S**ie sind winzig und können uns doch ziemlich piesacken. Ob wir abends im Bett liegen und nicht schlafen können, weil ein Surren den Angriff einer Mücke ankündigt. Ob wir am Kaffeetisch im Garten unseren Pflaumenkuchen gegen eine Armada aus Wespen verteidigen. Oder ein stechender Schmerz beim Stromern über die Wiese anzeigt, dass uns eine Bremse erwischt hat. Sommerzeit ist Insektenzeit.

Insekten stechen nicht, weil sie es auf uns abgesehen haben. Sondern weil sie auf Nahrungssuche sind oder sich verteidigen. Dabei verletzen sie die Haut und es kann zu Rötungen und kleinen Schwellungen kommen, verbunden mit Juckreiz, manchmal auch unangenehmen Schmerzen.

## LÄSST SICH VORBEUGEN?

Verhindern lassen sich Stiche am besten durch vorausschauendes Verhalten. Offene Fenster in erleuchteten Räumen locken die kleinen Blutsauger in der Dämmerung an. Hier helfen Fliegengitter. Natürliche Mittel, um Mücken fernzuhalten, sind ätherische Öle aus Lavendel oder Zitronengras. Wespen schreckt der Qualm von angezündetem Kaffeepulver ab. Um neben Mücken auch Zecken, Bremsen oder Stechfliegen abzuwehren, bieten sich bewährte Schutzmittel zum Auftragen auf die Haut an. Auch langärmelige Oberteile und Hosen bilden bei Spaziergängen durch Wald und Flur eine hilfreiche Barriere. Speisen und Getränke sollten draußen abgedeckt werden, um Wespen nicht anzulocken.

## WAS TUN BEI EINEM STICH?

Ist es passiert, helfen neben einer Reihe von Hausmitteln auch Insektenstichheiler. Mittels Wärme lindern sie die Schwellung und den Juckreiz. Ein noch in der Haut steckender Bienenstachel sollte vorsichtig entfernt und die Stelle gekühlt werden. Ein Stück Zwiebel

auf der Einstichstelle wirkt entzündungshemmend und desinfizierend. Auch verdünnter Apfelessig oder eine Paste aus Backpulver und Wasser lindert den Juckreiz. Wichtig ist, die Stelle nicht aufzukratzen, da dies zu Entzündungen führen kann.

## WIE FINDE ICH HERAUS, WAS MICH GESTOCHEN HAT?

Stiche, die schmerzen und deutliche Rötungen oder Schwellungen aufweisen, deuten auf Bienen, Wespen oder Bremsen hin. Blutsaugende Insekten wie Mücken oder Wanzen verursachen in der Regel eher juckende Stiche.

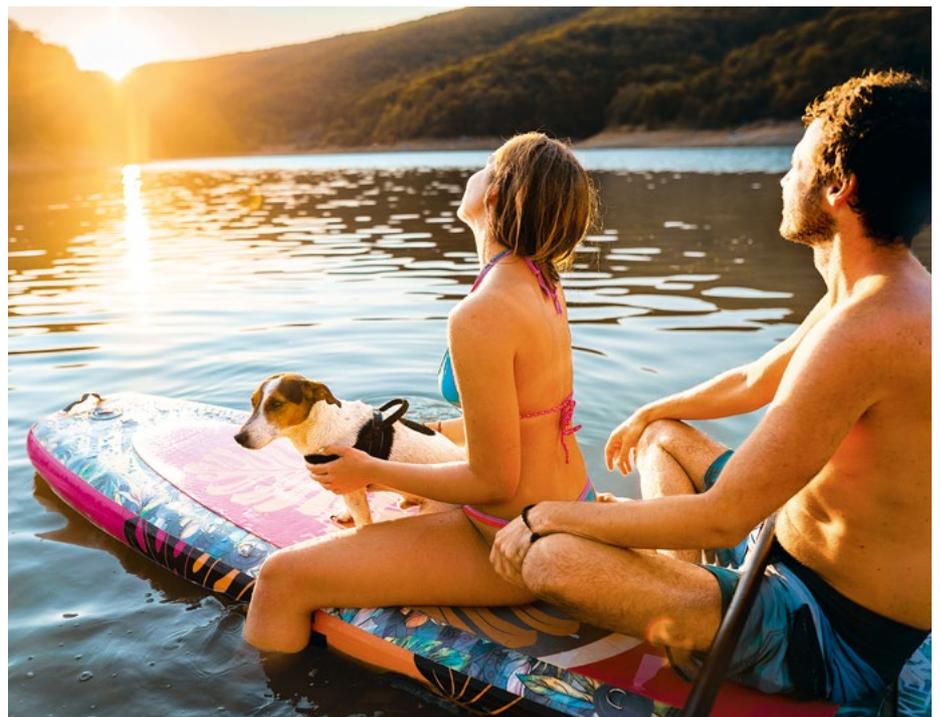
## WANN ZUM ARZT?

Liegt keine Allergie vor, sind Insektenstiche meist unangenehm, aber harmlos. Gefährlich können Zecken und Bremsen sein, da die Tiere auch Krankheiten übertragen. Bremsen spritzen ein Sekret unter die Haut, welches die Blutgerinnung

hemmt. Ihre Stiche sind daher auch durch Nachbluten zu erkennen. Sollte sich das Befinden auffällig verschlechtern oder der Stich über Tage nicht wegheilen, sollte er vom Hausarzt überprüft werden.

## WAS TUN BEI EINER ALLERGIE?

Etwa 2 Prozent der Bevölkerung reagieren auf Insektenstiche mit einer allergischen Reaktion. Am häufigsten löst das Gift von Bienen oder Wespen allergische Reaktionen aus, das von Mücken, Bremsen oder Ameisen dagegen fast nie. Eine Allergie zeigt sich an starken Reaktionen wie Juckreiz am ganzen Körper, Schwindel, Übelkeit und Schwellungen über die Einstichstelle hinaus. In schweren Fällen kann dies zu Atemnot und einem Kreislauf-Stillstand führen. Antihistaminika lindern die Reaktion. Im Gegensatz zu vielen anderen Unverträglichkeiten kann eine Insektengiftallergie mit einer spezifischen Immuntherapie erfolgreich behandelt werden. ■



Die meisten Insektenschutzmittel sind leider nicht wasserfest.