

Kinder vor Mücken schützen

Mit dem Sommer kommen auch die Insekten wieder: nützliche und harmlose, aber auch lästige und solche, die beissen, stechen, saugen. Selbst eine kleine Mücke kann einem ganz schön zu schaffen machen, und das nicht nur nachts. Wie können Sie sich und Ihre Kinder am besten von den hungrigen und mitunter auch gefährlichen Plagegeistern schützen? *Text: Jürg Lendenmann.*



74

Ihr hoher Ton bringt viele um den ersehnten Schlaf: Die Rede ist von Stechmücken, die einen im Bett umschwirren. Während sich die Stechmücken-Männchen von Nektar und Pflanzensäften ernähren und sich nachts selten in Schlafzimmer, Hütten und Zelte verirren, sind die Weibchen auf Blut aus. Denn sie benötigen die Bluteiweisse, damit ihre Eier wachsen können.

Opfer der hungrigen Mückenweibchen sind in der Regel Warmblüter – Tiere und Menschen. Die Plagegeister finden ihr Ziel nicht nur anhand der Körpertemperatur; über Distanzen von bis zu hundert Metern

weisen ihnen Wasserdampf und Kohlendioxid in der ausgeatmeten Luft der Opfer sowie Lockstoffe wie Milchsäure im Schweiß den Weg zur Blutmahlzeit. Ist die Mücke einmal gelandet, dringt ihr dünner lancettförmiger Stechrüssel schnell in die Haut – meist ohne dass es das Opfer merkt. Beim Stechen sondert die Mücke Speichel aus: Er enthält zum einen Stoffe, die das Gewebe rund um die Einstichstelle betäuben; andere verhindern, dass das Blut während des Saugens gerinnt.

Der menschliche Körper reagiert auf diesen Stoffmix im Mückenspeichel «allergisch» und schüttet sogenannte Histamine

aus. Je nach Empfindlichkeit der gestochenen Person können die Symptome, die diese Substanzen verursachen, verschieden stark ausgeprägt sein und auch unterschiedlich lange andauern: Es beginnt stark zu jucken, die Haut um die Einstichstelle rötet sich, das Gewebe schwillt auf. In extremen Fällen zeigen sich nicht nur diese bekannten örtlichen Reaktionen, sondern es kann der ganze Körper betroffen sein und zu Symptomen wie Nesselsucht, Fieber, Atemnot, Übelkeit, Erbrechen, Herz-Kreislauf- oder Gelenksbeschwerden kommen.

Brutstätten meiden, Moskitonetze montieren

Mückenweibchen legen ihre Eier bevorzugt in stehende Gewässer wie Pfützen, Gräben, Sümpfe, Tümpel und Teiche, wo unter günstigen Lebensbedingungen schon nach zehn Tagen neue Mücken schlüpfen. Halten Sie Ihre Kinder und sich selber daher nach Möglichkeit von solchen Stellen fern. Auch mit Dolen bedeckte Abwasser-schächte, im Freien herumliegende alte Autopneus, Regentonnen, Bottiche oder herumstehende Giesskannen können zu Mücken-Brutstätten werden – vor allem weil dort natürliche Feinde der Mückenlarven wie Fische oder Libellenlarven kaum anzutreffen sind. Decken Sie wenn möglich solche Orte ab oder leeren Sie Wassergefässe, die Sie längere Zeit nicht benötigen.

Eine wirksame physikalische Massnahme, Mücken von Innenräumen fernzuhalten, ist das Anbringen von Fliegen-gittern an Türen und Fenstern. Für Ferien in Zelten und Hütten oder für den Aufenthalt in Tropen (s. unten) sind Moskitonetze empfehlenswert. Für mückenfreie Ferien reisen Sie bevorzugt in die Berge (ab ca. 1500m ü.d.M) oder in Wüsten- und Polargebiete.

Sehr beliebt, um sich Mücken vom Leibe zu halten, sind Ultraschallgeräte und Lichtfallen; diese Vorrichtungen sind

jedoch ebenso schlecht wirksam wie die prophylaktische Einnahme von Vitamin B1 oder Knoblauch.

Wirksame Abwehrmittel

Pflanzen schützen sich vor Insekten: Ätherische Öle – leicht flüchtige Verbindungen, die einen aromatischen Geruch verströmen – dienen den Gewächsen nicht nur, Insekten für die Bestäubung anzulocken, sondern auch um Schädlinge fernzuhalten. Diese natürlichen Repellentien (von lat. repellere = ab-/zurückstossen) sind für den Menschen verträglicher als chemisch synthetisierte Wirkstoffe wie DEET (Diethylmethylbenzamin).

DEET, das am besten untersuchte synthetische Repellent, vermag die Plazentaschranke zu durchdringen und wird mit der Muttermilch ausgeschieden; es sollte daher während der Schwangerschaft und der Stillzeit nicht angewendet werden. Für neuere synthetische Wirkstoffe wie Bay-repel® oder EBAAP (Ethyl-Buthylamino-propionat) liegen noch keine entsprechenden Studien vor. Repellentien wirken nicht nur gut gegen Stekmücken, sondern meist auch gegen Fliegen, Flöhe, Bremsen, Milben und Zecken; Wespen, Bienen und Hornissen hingegen lassen sich von den bekannten Wirkstoffen kaum beeindrucken.

Ätherische Öle können von Schwangeren, Stillenden und bei Kleinkindern als Mückenschutz angewendet werden. Allerdings hält die Wirkung von natürlichen Repellentien wie Citronellöl und chinesisches Eukalyptusöl nicht so lange an, wie die von synthetischen. Ätherische Öle müssen daher häufiger und auch in grö-

serer Konzentration angewendet werden. Nach dem Baden oder nach starkem Schwitzen sind die Substanzen erneut aufzutragen.

Unterstützend wirken das Abbrennen von Räucherspiralen oder das Verdampfen von Repellentien in Duftlampen oder Elektrosteckern.

Wenn es doch einmal passiert ist?

Nicht mehr empfohlen wird, bei Insektenstichen antihistaminhaltige Gels aufzutragen, da die Gefahr einer Kontakt sensibilisierung besteht, die ein Ekzem hervorrufen kann. Als Hausmittel gegen Juckreiz wird empfohlen, eine Zwiebel-, Gurken oder Kartoffelscheibe, Quark, eine nasse Kernseife oder einen Eiswürfel auf den Stich zu legen. Starker Juckreiz kann durch Auftragen eines örtlichen Betäubungsmittels (Lokalanästhetikum) gemindert werden.

Sticht Sie eine Mücke beim Teetrinken? Dann halten Sie die mässig heisse Teetasse eine Minute lang an die Einstichstelle: Temperaturen von 45 bis 50 Grad Celsius genügen, um die von der Mücke injizierten Eiweisse zu zerstören, die den charakteristischen Juckreiz und die Schwellung hervorrufen. Der Trick soll sogar bei Wespen- und Bienenstichen helfen. Alternative: Einen Tropfen Kerzenwachs auf die Einstichstelle fallen lassen. Aber Vorsicht: Nicht mit der Hitze übertreiben!

Mit Kindern in die Tropen?

In den Tropen werden viele Infektionskrankheiten wie Malaria, Gelbfieber und Denguefieber durch Stechmücken auf den

Menschen übertragen. Für kleine Kinder sind Tropenkrankheiten generell gefährlicher, da sich ihr Immunsystem während der ersten Lebensjahre erst entwickeln muss. Umso besser sollten sie vor Stechmücken geschützt werden. Leider können die wirksamsten (synthetischen) Repellentien nur bei Erwachsenen angewendet werden; gleich wirksame Präparate für Kleinkinder fehlen. Ob ätherische Öle oder – nur verdünnt und mit besonderen Vorsichtsmassnahmen! – synthetische Wirkstoffe eingesetzt werden: Auf jeden Fall müssen alle freien Hautstellen behandelt werden.

Da Kleinkinder mit Repellentien in den Tropen nicht genügend geschützt werden können, muss den anderen Schutzmassnahmen besondere Bedeutung zukommen: Meiden Sie Orte, wo Mücken en masse herumschwirren. Viele Mücken sind dämmerungs- oder nachtaktiv: Vermeiden Sie, sich zu diesen Zeiten im Freien aufzuhalten. Schützen Sie die Kinderhaut (und Ihre) mit heller Kleidung (Socken nicht vergessen), die so festgewoben ist, dass Mückenrüssel nicht durchdringen können. Sorgen Sie im Schlaf- und Spielbereich für Moskitonetze, die vorzugsweise mit mückenabweisenden oder -abtötenden Wirkstoffen (Repellentien/Pyrethroid-Insektizide) imprägniert sein sollten. Denken Sie daran, dass Schweiß Mücken anzieht: unterbinden Sie Schweißgeruch, wo möglich. Holen Sie sich in jedem Fall vor einer Reise fundierten tropenmedizinischen Rat ein.