



# Plagegeister

## Sie stechen und saugen

Sie lieben Sonne und Wärme wie wir: die Insekten und ihre nahen Verwandten. Und so teilt man sich die Lebensräume. Mit manchen Vertretern der Gliederfüßer vermeiden wir aber gerne einen näheren Kontakt – aus verschiedenen Gründen.

Jürg Lendenmann



Sechs Beine haben sie (Insekten wie Mücken, Wespen, Fliegen, Wanzen), acht (Spinnentiere wie Zecken und Milben) oder noch viel mehr (Hundert-/Tausendfüßer): die Gliederfüßer. Sie nähern sich uns krabbelnd, fliegend oder schwimmend. Die meisten Vertreter sind harmlos, doch manche stechen uns, weil sie unser Blut für ihren Nachwuchs brauchen. Oder aus Notwehr, weil sie sich angegriffen fühlen. Die Reaktionen auf die Stiche können höchst unterschiedlich ausfallen: von einem leichten Jucken bis, wenngleich nur in sehr seltenen Fällen, zum Tod. Doch der Reihe nach.

### Nur ein Mückenstich?

Weibchen von Mücken (wie auch von Bremsen und Flöhen) brauchen eine Blutmahlzeit, um mit den sich so einverleibten Nährstoffen – Proteine und Eisen – Eier bilden zu können. In unserem Land sind Mückenstiche (noch) relativ harmlos: Rund drei Viertel der Menschen reagieren auf die Eiweisse, die mit dem Insektspeichel ausgeschieden werden, mit einer relativ harmlosen allergischen Sofortreaktion (Quaddel), etwa die Hälfte der Gestochenen mit einer Spätreaktion (Papel).

Ganz andere Folgen kann ein Mückenstich an einer Feriendestination nach sich ziehen. Denn mit dem Stich können Krankheitserreger (Viren, Bakterien und Parasiten wie Plasmodien und Wür-

mer) in unser Blut gelangen. Zu den bekanntesten durch Mücken übertragene Erkrankungen zählen Malaria, Gelbfieber, Denguefieber, Chikungunyafieber und die Schlafkrankheit. Durch welche Symptome und nach welcher Inkubationszeit sich die einzelnen Krankheiten bemerkbar machen, können Interessierte bei einer medizinischen Reiseberatung oder auch auf Websites von Tropenärzten und Tropeninstituten erfahren (s. a. Seite 34, Gut zu wissen).

**Tipp:** Desinfizieren Sie in den Tropen selbst kleine Wunden wie Mückenstiche, vor allem wenn an ihnen gekratzt wurde. So kann verhindert werden, dass sich Bakterien und/oder Pilze in der Wunde einnisten und langwierige Infektionen hervorrufen.

### Wespen und Bienenstiche

Statistisch gesehen beträgt die Wahrscheinlichkeit 50:50, dass Sie, die/der diesen Text liest, schon mindestens einmal von einer Wespe, Biene, Hummel oder Hornisse gestochen worden sind und auch wissen, dass man nicht mit einer kleinen Quaddel davonkommt. Denn am Einstichort bildet sich, durch das Insektengift ausgelöst, schnell eine schmerzhaftere grössere Schwellung, die länger als 24 Stunden bestehen kann.

**Tipp:** Da nach einem Bienenstich der Stachelapparat meist in der Haut verbleibt: Den Stachel nicht mit den Fingern anfassen, da so der Giftsack zu-



### Dossier-Übersicht

S. 25–27  
**Plagegeister**  
Sie stechen und saugen

S. 28–29  
**Gepflegte Füße**  
Schön in den Sommer

S. 30–31  
**Gut vorsorgen**  
Mit Kindern in die Ferien verreisen

S. 32–33  
**Badeplausch**  
Tipps für ungetrübte Wasserfreuden

S. 34–35  
**Gut zu wissen**  
Hilfreiches rund um die Ferienzeit

sammengedrückt und noch mehr Gift herausgedrückt wird. Besser ist es, den Stachel wegzukratzen. Die Proteine des Gifts können durch Hitze zerstört werden. Mit einem in Fachgeschäften angebotenen «Stichheiler» kann die Einstichstelle kurzfristig auf 50 Grad erwärmt werden. Die Haut lässt sich auch mit einem heißen Löffel oder Wasch-

Fortsetzung auf Seite 26



Fortsetzung von Seite 25

schlappen erwärmen, oder auch mit heissem Kerzenwachs. Aber bitte massvoll. Kein Feuerzeug und keine Kerze in der Tasche? Falls die Sonne scheint, findet sich vielleicht in der Nähe ein heisses Stück Metall (Kupferrohr, Autoblech) oder ein heisser Stein.

Zwischen 1,2 bis 3,5 Prozent der Gestochenen reagieren vor allem bei Wespenstichen mit einer Allergie vom Soforttyp. Sie wird durch verschiedene Allergene im Gift dieser Insekten ausgelöst. Ein einziger Stich kann genügen, um im schlimmsten Fall eine lebensbedrohliche Situation herbeizuführen – einen anaphylaktischen Schock. Er bedarf einer sofortigen ärztlichen Hilfe.

Die ersten Symptome können auch noch Stunden nach dem Stich auftreten:

- Juckreiz an Handflächen, Fusssohlen und Genitalien
- Prickeln und metallischer Geschmack im Mund und Rachenraum
- Hitzewallungen, Unruhe
- Grössere gerötete Hautflächen

Wer um seine Insektenstichallergie weiss, kann sich vom Arzt ein Notfallset verschreiben lassen. Es sollte immer mitgeführt werden.

Ein Notarzt sollte ebenfalls gerufen werden, wenn durch einen Stich Zunge und Rachen anschwellen und die Atemwege sich verengen. Bis zum Eintreffen des Arztes sollten Eiswürfel gelutscht werden.

### Linderung bei juckenden, schmerzenden Stichen

Verläuft die Reaktion nach einem Stich mild und lokal, kann die Stelle gekühlt und/oder ein Produkt aufgetragen werden, das den Juckreiz und die Schmerzen stillt und die Entzündung abschwellen lässt. Im Fachgeschäft ist eine Vielzahl geeigneter Produkte – Gels, Salben, Stifte – erhältlich. Wirkstoffe sind Antihistaminika, Lokalanästhetika, Essig-weinsäure Tonerde-Lösung, ätherische Öle (Menthol, Kampfer) und Ammoniaklösung 10%. Um einer Infektion vorzubeugen, kann auch bei Stichen heimischer Insekten ein Desinfektionsmittel mit z.B. einer Iodverbindung als Wirkstoff aufgetragen werden.

### Vorbeugen ist besser als Heilen

#### Mückenstiche:

- Tragen Sie helle, unifarbene und dicke oder dicht gewobene Kleidungsstücke, die nicht zu eng anliegen und möglichst viel Haut bedecken.
- Tragen Sie auf nicht bedeckte Körperstellen – aber nicht auf Schleimhäuten oder gereizte Hautstellen (Sonnenbrand!) – Repellentien auf. Das sind Wirkstoffe, die auf Insekten/Spinnentiere abstossend wirken (von lateinisch repellere = vertreiben). Repellentien überdecken den menschlichen Geruch (Kohlendioxid in der Atemluft, Schweiß), der die Mücken anlockt. Chemische Repellentien sind natürlichen wie ätherische Öle aus Citronella, Lavendel oder Eukalyptus überlegen. Bekannte synthetische Wirkstoffe sind DEET (Diethyltoluamid) und Icaridin. Stimmen Sie die Wahl eines Repellents ab: Berücksichtigen Sie dabei den Aufenthaltsort (heimische Gefilde/Tropen), das gewünschte Wirkspektrum, das Alter, die eigene Verträglichkeit bzw. eine Schwangerschaft/Stillzeit aber auch die geplante Anwendung (möglicher Kontakt mit Kunststoffen und Leder). Lassen Sie sich hierbei in einem Fachgeschäft (Apotheke, Drogerie), einem Tropeninstitut oder einer auf Tropen-/Reisemedizin spezialisierten Arztpraxis beraten.
- Tragen Sie erst denn Sonnenschutz auf, dann warten Sie 15 bis 30 Minuten, bevor Sie ein Repellent auftragen.



Mücke

- Repellentien verdampfen – ihre Wirkung lässt langsam nach. Daher muss das Auftragen nach einigen Stunden wiederholt werden. Bei starkem Schwitzen, nach Baden oder Duschen müssen Repellentien schneller neu aufgetragen werden – auch dann, wenn Sie im Freien Nachtessen möchten und Textur und Geruch des Repellents dem Essgenuss nicht gerade zuträglich sind.
- Räucherspiralen oder elektrische Verdampfer können Repellentien ergänzen und einen zusätzlichen Schutz bieten.
- Meiden Sie in der Dämmerung Feuchtgebiete, da viele Mücken dann besonders aktiv sind.
- Halten Sie sich in geschlossenen Räumen mit Klimaanlage auf.
- Schützen Sie sich in Räumen mit Mü-

ckengittern und -netzen vor den Blut-saugern. Bei Moskitonetzen erhöht sich die Wirksamkeit, wenn sie mit Permethrin imprägniert werden.

- Auch Kleidungsstücke können mit Permethrin imprägniert werden.

#### **Bienen- und Wespenstiche:**

- Fleisch, Bier sowie süsse Getränke und Speisen ziehen Bienen und Wespen an. Seien Sie beim Trinken von Bier und Süssgetränken vorsichtig. Tipp: Gläser und Dosen abdecken und Flüssigkeit mit Strohalm trinken.
- Vorsicht auch bei Fallobst oder beim Einkochen von Marmelade walten lassen.
- Vermeiden Sie auffallende Gerüche/Parfüms auch in Haarspray und Rasierwasser.

- Vorsicht beim Barfußlaufen oder Tragen von offenem Schuhwerk.
- Bewahren Sie Ruhe, auch wenn die summenden Stachelträgerinnen – es können nur die Weibchen stechen – Sie ängstigen oder nervös machen. Denn Wespen und Bienen reagieren auf schnelle Bewegungen aggressiv.



Biene