



# INSEKTENSTICHE: VORBEUGEN UND BEHANDELN

Der Sommer ist da: Sonnenschein, lange Abende und warme Temperaturen verführen dazu, die Tage nicht in der Wohnung, sondern draußen zu verbringen. Doch auch Wespen, Stechmücken und andere lästige Insekten sind jetzt aktiv. Ihre Stiche sind teils schmerzhaft und führen zu Juckreiz und mitunter Entzündungen – aber auch schwerer wiegende Folgen wie ein allergischer Schock sind möglich. Kleine Tricks und Mittel aus der Apotheke können helfen.

## Stiche vermeiden

Ideal ist es natürlich, gar nicht erst gestochen zu werden. Dabei können verschiedene Hilfsmittel nützlich sein: Zu Hause halten Insektengitter, die in die Fensterrahmen geklebt oder geheftet werden, ungebetene Gäste ab. Unterwegs, gerade an stehenden Gewässern, bietet sich ein Mückenschutz-Spray an – denn hier fühlen sich kleine Blutsauger besonders wohl. Ihre Apotheke bietet eine große Auswahl an solchen Sprays gegen verschiedene Insektenarten und für diverse Gelegenheiten: Wasserfest, pflanzlich und speziell auch für Kinder.

Gegen Wespen helfen Sprays eher nicht, denn Wespen werden nicht von Menschen, sondern von süßen Lebensmitteln angezogen. Hier empfiehlt es sich, Kuchen und Co. nicht länger auf dem Tisch

stehen zu lassen als nötig. Um gefährliche Stiche im Mund- und Rachenraum zu vermeiden, können Sie Getränke mit einem Strohhalm aus möglichst dicht verschlossenen Flaschen zu sich nehmen. Außerdem gilt: Wespen lieber aus dem Weg gehen als sie durch Um-Sich-Schlagen zu reizen.

## Folgen von Stichen lindern – und im Zweifel zum Arzt!

Wenn dann doch einmal ein Insekt zugestochen hat, gibt es einige einfache Mittel, um wenigstens die Folgen abzuschwächen. Bei Stichen von Bienen und einigen anderen Insektenarten ist es zunächst wichtig, die Einstichstelle zu untersuchen. Um den noch in der Haut steckenden Stachel zu entfernen, eignet sich am besten eine saubere Pinzette. Damit fällt es auch leichter, die Giftblase nicht auszudrücken, die häufig noch am Stachel hängt.

Gegen Juckreiz und Entzündung gibt es ein Hausmittel: Eine frisch angeschnittene Zwiebel über die Stichstelle zu reiben, lindert die Beschwerden. Stärker wirken anti-allergische und entzündungshemmende Cremes und Gele aus Ihrer Apotheke. Gele können Sie im Kühlschrank aufbewahren, damit sie zusätzlich kühlen. Nach Stichen im Mundraum hilft es, Eiswürfel zu lutschen. Bei bekannter Allergie gegen Insektengifte oder bei

größeren Entzündungen gilt es aber, sofort einen Arzt aufzusuchen! Gerade Stiche in Rachen und Hals können sonst zu lebensgefährlicher Luftnot führen. Allergiker können sich dagegen auch ein Notfallset verschreiben lassen, das sie möglichst immer mit sich führen sollten.

## So funktionieren Stichheiler

Gegen das Jucken und die Entzündung an der Stichstelle wirken auch technische Hilfsmittel, sogenannte Stichheiler. Diese kleinen, batteriebetriebenen Geräte erwärmen in einigen Sekunden die betroffene Stelle und zerstören dadurch bestimmte Bestandteile der Insektengifte. Denn diese bestehen aus Eiweißen, die Hitze nicht gut vertragen. Praktisch ist, dass diese Technik auch gegen Mückenstiche wirkt: Stechmücken benutzen zwar kein Gift, geben aber beim Blutsaugen Speichel ab – und dessen Inhaltsstoffe sorgen für die unangenehme Hautreaktion. Auch diese elektrischen Helfer gibt es in der Apotheke.