

Gut geschützt vor Mückenstichen

Ihre Apotheke informiert



Juckende Mückenstiche sind unangenehm und verleiten dazu, an der Stichstelle zu kratzen. Wir geben Ihnen Tipps für einen erfolgreichen Schutz vor dem Gestochenwerden und zeigen, was sich im Fall der Fälle tun lässt.

Allgemeines

- Insektenabwehrmittel werden Repellenzien genannt. Sie senken das Risiko, gestochen zu werden, deutlich.
- Einige Repellenzien überdecken den Körpergeruch (schlechtere Ortung des „Stechopfers“). Andere lösen bei den Mücken störende Reize aus.
- Die Wirkdauer ist u. a. abhängig von: Wirkstoffkonzentration, Temperatur, Luftfeuchtigkeit, Wind, Schwitzen, Abrieb.
- Sprays wirken oft kürzer als Cremes, Gele und Lotionen.
- Kombinationen mit mechanischen Schutzmaßnahmen (z. B. helle, langärmelige Kleidung, festes Schuhwerk, Moskitonetz bei Fernreisen) sind sinnvoll.

Anwendungstipps

- lückenlos auftragen und Augen- und Schleimhautkontakt vermeiden
- nicht auf verletzter Haut anwenden
- Haut unter dünner Kleidung schützen / dünne Kleidung ebenfalls besprühen
- erst Sonnenschutz, dann Repellens auftragen (20 Min. Abstand). 2-in-1 Produkte kombinieren die Schutzmaßnahmen.

- nach dem Schwimmen erneut anwenden
- maximale Wirkdauer nicht voll ausnutzen; bei Bedarf früher nachsprühen/-cremen
- abwaschen, wenn Schutz nicht mehr nötig

Fernreisen

- konsequente und korrekte Anwendung besonders wichtig
- Stechmücken übertragen Erreger von (Tropen-)Krankheiten wie Malaria, Gelbfieber und Dengue-Fieber.
- tropentaugliche Wirkstoffe (DEET, Icaridin) nutzen
- keine Outdooraktivitäten in der Dämmerung
- nachts Moskitonetze nutzen (max. Maschenweite 1,5 mm)

Gegen den Juckreiz

- Arzneimittel mit antiallergischen Wirkstoffen auftragen
- rein kühlende Mittel, etwa in Form eines Roll-on-Stiftes, eines Sprays oder Gels nutzen
- konzentrierte Wärme im Bereich um 51 °C
- altes Hausmittel: halbierte Zwiebel (Schwefelöle) auf die Einstichstelle pressen
- Umschläge mit essigsaurer Tonerde