

Keine Chance für Mücken

Jedes Jahr das Gleiche: kaum erfreut man sich an den lauen Sommerabenden, schon fallen unzählige Mücken über uns her und verderben so manches Gartenfest oder Picknick und auch im Schlaf sind wir nicht sicher vor den blutsaugenden Plagegeistern.

Die Mücken legen im Frühsommer ihre Eier in flache Gewässer. Daraus schlüpfen nach ca. zwei Wochen neue Stechmücken. Je wärmer es ist, desto schneller geht diese Entwicklung, so dass bei sommerlichen Temperaturen die Mückenzahl förmlich explodiert.

Zur Eiablage reicht den Mücken übrigens die kleinste Pfütze. Ein Gartenteich, ja sogar ein Wassereimer oder eine halbvolle Gießkanne, reicht aus. Eimer und Gießkannen sollten deshalb immer leer sein, Regentonnen abgedeckt. Ansonsten helfen Fliegengitter und Moskitonetz, das Schlafzimmer mückenfrei zu halten.

Im Freien schützt man sich am besten mit langen Hosen und langärmeligen Hemden oder Blusen, beides in hellen Farben, die sind für Mücken unattraktiv.

Es gibt auch spezielle ätherische Öle wie Citronell-, Nelken- oder Lavendelöl, die die Plagegeister auf Distanz halten. Man kann sie in einer Aromalampe verdampfen oder auf ein kleines Tuch oder einen Duftstein tropfen. Allerdings halten sie nur einen kleinen Umkreis mückenfrei.

Die effektivste Methode sind immer noch Sprays oder Lotionen mit dem Wirkstoff DEET. Es sorgt dafür, dass die Mücken unseren Körpergeruch nicht wahrnehmen können und so nicht angelockt werden. Sie



Foto: Blende 8

Apotheker Dr. Lutz Engelmann

schützen über mehrere Stunden. Da sie auch Zecken abwehren, sind sie besonders geeignet für einen längeren Aufenthalt in der Natur, z.B. beim Picknick oder Camping. Für Säuglinge und Kleinkinder gibt es auch eine Lotion auf Basis natürlicher Ätherischer Öle.

Um eine optimale Schutzwirkung zu erreichen, müssen diese Mittel eine halbe Stunde vor Exposition auf ungeschützte Hautstellen aufgetragen werden. Das ist zu wiederholen wenn man stark schwitzt oder nach dem Baden.

Wenn man den Körper nicht damit belasten möchte, dann eignen sich auch Armbänder gegen Mücken, diese gibt es für Kinder und Erwachsene mit äth. Öl.

Wenn doch eine Mücke sticht, helfen antiallergische Gele oder Kühlstifte. Wenn Sie das Gel in den Kühlschrank legen, wirkt es durch den Kühleffekt noch stärker juckreizlindernd. Es sind auch Pflaster gegen Mückenstiche auf dem Markt

**Ihr Apotheker
Dr. Lutz Engelmann**