

Was hat mich da gestochen?

Insekten Wir erklären, was bei Juckreiz und Allergien durch Stiche oder Bisse wirklich hilft. *Claudia Scholz*

Vor allem im Sommer lauern stechende und beißende Krabbeltiere im Gras, in der Luft und im Wasser. Sie hinterlassen auf der Haut rote, juckende Punkte, Quaddeln oder Schwellungen. Wir beantworten die wichtigsten Fragen zum Thema.

Warum brennen und jucken Insektenstiche?

Es wird unterschieden zwischen Stichen und Bissen. Bei Stichen benutzen Insekten wie Bienen, Wespen und Hornissen ihren Stachel als Abwehrwaffe, wenn sie sich bedroht fühlen. Sobald das Insekt zusticht, sondert es über den Stachel ein Gift ab, das zur Rötung und Schwellung der Einstichstelle und zum Brennen führt. Andere Insekten wie Stechmücken, Bremsen, Wanzen oder Flöhe beißen oder stechen ihre Opfer, um deren Blut zu saugen. Dabei gelangen mit dem Speichel Bakterien oder Eiweißmoleküle in die Wunde.

Mücken oder Grasmilben: Wie erkennt man, was einen gestochen hat?

Grasmilben sind aktiver, wenn es feuchter ist, zum Beispiel in schattigen Ecken des Gartens. Die Stiche der Milbe, die zu den Spinnentieren gehört, sind anders verteilt als die der Mücke. Es sind viele kleine rote Pünktchen anstatt vereinzelte, verhärtete erhabene Stiche wie bei der Mücke, sagt Stephanie Köppinger von der Landesapothekerkammer Baden-Württemberg. Die Beschwerden könnten zwei Tage bis zwei Wochen anhalten. „Grasmilben krabbeln meist an den Beinen, dort, wo die Haut weicher, dünner und wärmer ist und wo Kleidung eng anliegt“, sagt Heiko Grimme vom Hautzen-

trum am Kurpark in Stuttgart. Stiche würden häufig an Unterarmen, Knöcheln und Unterschenkeln auftreten. Wer viel draußen arbeitet und leicht bekleidet ist, werde eher gestochen.

Was hilft bei Stichen oder Bissen?

Behandelt werden können die Entzündungen mit kühlenden Cremes und kortisonhaltigen Salben, sagt Stephanie Köppinger von der Landesapothekerkammer Baden-Württemberg. Sind es viele große Stiche, muss eventuell kurzzeitig ein Antihistaminikum oder Kortison eingenommen werden. Bei einer schweren bakteriellen Infektion werden Antibiotika verabreicht.

Warum sollte man nicht kratzen?

Da vor allem das Aufkratzen der juckenden Haut die bakterielle Infektion begünstigt, sollte man am besten die Finger von Stichen lassen. Doch den quälenden Juckreiz zu ignorieren fällt schwer. Der Allergologe Marcus Maurer, Professor für dermatologische Allergologie an der Charité Berlin, hat einen alternativen Vorschlag: „Besser, als die Haut zu kratzen, ist es, auf die juckende Stelle zu klatschen – so machen es beispielsweise die Asiaten. Auch Reiben mit den Fingerkuppen ist möglich. Wobei man sagen muss, dass auch das ein zusätzlicher mechanischer Reiz ist, der eher entzündungsfördernd wirkt.“ Von Hausmitteln wie Zwiebeln oder Aloe vera, die man auf die Einstichstellen drückt, hält Maurer jedoch wenig.

Sollten Stiche und Bisse eher gekühlt oder erwärmt werden?

Das Kühlen der juckenden Haut verlangsamt die Entzündungsprozesse und beeinflusst die Weiterleitung des Juckreizes über die Nervenbahnen,

sagt Hautarzt Heiko Grimme. „Allerdings hilft das Kühlen vor allem während der Anwendung.“ Etwas nachhaltiger wirke ein kurzer Hitzereiz. Mit einem batteriebetriebenen Stift wird dabei für wenige Sekunden Wärme von rund 50 Grad Celsius auf den Stich gebracht. Die Hitze könne die Symptome durchaus reduzieren, so Grimme. Die Nerven in der Haut reagierten sehr sensibel auf Überwärmung, die Reizweiterleitung werde abgeschaltet, und dadurch werde kein Jucksignal mehr zum Gehirn übertragen.

Gibt es eine Allergie gegen Insektenstiche?

Relevante Insektenstichallergien gebe es medizinisch gesehen nur auf Bienengift, Wespengift oder Hummelgift, sagt der Stuttgarter Dermatologe Grimme. Die Symptome können vielfältig sein: Von Schwellung über Hautausschlag am ganzen Körper, Kreislaufschwäche, Übelkeit, Durchfall, Atemnot, Erstickung und Ohnmacht bis zu Herzstillstand ist alles möglich. Allergien gegen andere Insekten gibt es auch, diese führen in der Regel aber nur zu einer stärkeren Reaktion am Ort des Stiches mit Rötung, Juckreiz, Schwellung. Im Notfall soll der Patient die sogenannte Schockapotheke anwenden: ein Antihistaminikum, Kortison einnehmen und bei Bedarf Adrenalin durch einen sogenannten Autoinjektor-Pen spritzen. Manchmal ist auch Sauerstoff oder gar eine Reanimation notwendig. Langfristig helfen kann eine spezifische Immuntherapie.

Wie kann man Mückenstichen vorbeugen?

Bewährte Maßnahmen zur Mückenabwehr sind lange, dichte Kleidung und Moskitonetze. Zusätzlich könnten noch Mückenschutzmittel verwendet werden.

Juckende rote Punkte nach dem Besuch des Badesees – was ist das?

Die Auslöser der Punkte sind Zerkarien, ein Larvenstadium von Saugwürmern. Ihre Hauptschwärmzeit beginnt im Frühsommer und erreicht im Spätsommer einen zweiten Höhepunkt, so der Naturschutzbund Nabu. Die Parasiten befallen hauptsächlich Wasservögel, manchmal wählen sie auch den Menschen als Zwischenwirt. Während der Wurm bei seinem eigentlichen Wirt, den Enten, zur tödlichen Gefahr werden kann, ist er für Menschen harmlos. Denn wenn der Parasit in unsere Haut eindringt, wird er umgehend vom Immunsystem kaltgestellt. „Sie verursachen millimetergroße, gerötete, juckende Stellen. Diese heilen in der Regel nach zehn bis 20 Tagen ab“, sagt Dermatologe Grimme. Nur wenn sie aufgekratzt würden, könnten sie sich entzünden. Dann sei der Gang zum Arzt ratsam.

Wie vermeidet man Zerkarienbisse?

Im flachen Wasser des Uferbereichs von Seen und an Stellen mit Pflanzenbewuchs kommen Zerkarienlarven laut Nabu vermehrt vor. Daher wird empfohlen, besser von einem Steg aus im tieferen Wasser oder an Stellen mit etwas Strömung zu baden. Nach dem Baden sollte man zügig die nasse Badekleidung ausziehen und sich gründlich abtrocknen. Uferabschnitte mit zahlreichen Wasservögeln sollte man ebenfalls meiden, da im Vogelkot vermehrt Keime und Parasitenlarven vorkommen.

Weiterlesen Insektenstiche sind auch das Thema unserer großen Grafikseite in der Wochenendausgabe an diesem Samstag.