

Mücke Pieks – was hilft?

Sommerzeit ist Urlaubszeit: Abschalten, erholen und genießen. Doch Reisen an Seen und andere stehende Gewässer sollten Sie gut vorbereiten, damit die Mücken nicht über Sie herfallen.



© anneileino - Pixabay.com

DAS WICHTIGSTE IN KÜRZE

1. Mücken sind nicht nur lästig, sondern können – vor allem in tropischen Ländern – auch gefährliche Krankheiten übertragen.
2. Mückenschutzmittel können gegen die Plagegeister helfen. Viele Kombi-Sprays wirken gegen Mücken und Zecken gleichzeitig.

3. Wer Mückenschutzmittel verwendet, sollte die Anwendungshinweise der Hersteller beachten und zusätzlich die richtige Bekleidung tragen, wie beispielsweise festes Schuhwerk sowie langärmelige Oberteile und Hosen.

Stand: 10.05.2022

Sie sind gerade mal einen halben Zentimeter groß und wiegen knapp 1 Gramm. Doch Mücken können uns den Feierabend auf der heimischen Terrasse oder gar den ganzen Sommerurlaub vermiesen. Zu unserem Pech ziehen sie die menschliche nackte Haut der fellbedeckten Tierhaut vor.

Doch nicht nur in deutschen Urlaubsregionen vom Bodensee bis zur Mecklenburgischen Seenplatte lauert die Plage. Unter den rund 50 Stechmückenarten in Deutschland kommt die gemeine Hausmücke am häufigsten vor. Doch auch die Stiche ihrer Verwandten können ein unangenehmes Jucken oder Allergien hervorrufen. Wie schützen Sie sich erfolgreich gegen die blutgierigen Rüsselinsekten?

Bei Reisen in tropische Länder können durch Moskitostiche sogar gefährliche Krankheiten wie Malaria und Gelbfieber übertragen werden. Ein Schutz ist in diesem Fall unbedingt notwendig.

Welches Mückenschutzmittel nehmen?

In Apotheken, Drogerien und Supermärkten locken zumeist Mückenschutzmittel, die auf die Haut aufgetragen werden und die Insekten vertreiben sollen – mit wohlklingenden Versprechungen.

Wer einen guten Mückenschutz haben möchte, muss häufig zu DEET-haltigen Mitteln greifen, die gesundheitliche Risiken bergen. Dabei gilt: Je höher der Wirkstoffanteil, desto länger der Schutz, desto größer aber auch die gesundheitlichen Gefahren. Ausnahmen bestätigen die Regel: Der Autan Protection Plus Multi Insektenschutz enthält den verträglicheren Wirkstoff Icaridin und schützt dennoch sehr gut vor Mückenstichen.

- Was ist am besten? Anti-Insektenmittel im Überblick der Stiftung Warentest

Neben einem wirksamen Schutz vor Mücken sind bei der Wahl eines geeigneten Produkts auch Punkte wie Gesundheit (schleimhautreizendes Potenzial, Geruchsbelästigung), Handhabung (Gebrauchsanleitung, Auftragemöglichkeit), Deklaration und Textilschonung zu beachten. Laut Stiftung Warentest bieten einige Repellents zwar einen sehr guten Mückenschutz, schneiden wegen des enthaltenden Wirkstoffs DEET beim Kriterium Gesundheit aber nur schlecht ab.

Welche Wirkstoffe sind in Mückenschutzmitteln?

Am häufigsten wird DEET (Diethyltoluamid) als Wirkstoff in Mückenschutzmitteln eingesetzt, das bis zu 7,5 Stunden vor Mückenstichen schützen kann. Weitere chemische Substanzen sind: Das besser verträgliche, aber nicht so lang wie DEET wirkende Icaridin oder EBAAP (Hydroxyethyl-Isobutyl-Piperidin). Letzteres ist das Mittel mit den geringsten Nebenwirkungen, aber auch der geringsten Wirksamkeit unter den bisher genannten.

Darüber hinaus gibt es Repellents mit natürlichen Wirkstoffen, wie PMD (Para-Menthan-3,8-diol/Citriodiol) oder ätherischen Ölen (Lavendel, Citonella, Geraniol), die schnell auf der Haut verdampfen und unter der Sonne die Schleimhäute reizen können.

- Was steckt drin? Repellents und ihre Wirkstoffe
-

Lange Ärmel, Netze und Gaze

Neben einem wirksamen und unbedenklichen Anti-Mücken-Mittel empfehlen wir weitere Schutzmaßnahmen wie helle, langärmlige und dichtgewebte Kleidung, Netze über Kinderwagen, feinmaschige Fliegengitter an Fenstern und Türen oder Gaze, die auch auf Reisen mitgenommen, zurechtgeschnitten und mit Klebeband an Fenstern befestigt werden kann. Hat die Mücke doch zugestochen, hilft das Kühlen des Stichs mit einem feucht-kalten Lappen, einer Scheibe Zitrone oder einer halben Zwiebel.

- Was man sonst tun kann? Tipps gegen fiese Luftangriffe

UNSER TIPP

Setzen Sie Mückenschutzmittel nur dann ein, wenn diese wirklich notwendig sind, zum Beispiel beim Wandern in der Natur. Ist ein Schutz nicht mehr dringend erforderlich, sollten Sie die Reste des Mittels besser wieder abwaschen.

© Verbraucherzentrale Hamburg e. V.

<https://www.vzhh.de/themen/umwelt-nachhaltigkeit/schaedlingsbekaempfung/muecke-pieks-was-hilft>