

Sommerzeit ist Mückenzeit – Im Gespräch mit Dr. Mathias Sulk rund um das Thema Mückenstiche

Alle Jahre wieder kehren sie zusammen mit den steigenden Temperaturen zurück: die Stechmücken. Sie verderben uns so manchen lauen Sommerabend auf der Terrasse und rauben uns in der Nacht den Schlaf. Nicht zu vergessen: der lästige Juckreiz, den sie hinterlassen sobald sie einmal zugestochen haben. Über Behandlungsmöglichkeiten, Hausmittel und Vorbeugung gegen Mückenstiche klärt der Leiter der [Allergologie am UKM \(Universitätsklinikum Münster\)](#), Dr. Mathias Sulk, auf.

Herr Dr. Sulk, warum jucken Mückenstiche überhaupt?

Beim Stich einer Mücke werden Substanzen in die Haut abgegeben, die zu einer lokalen allergischen Reaktion führen. Dabei kommt es dann letztendlich durch Botenstoffe zu einer Freisetzung von Histamin, die dann Juckreiz, Schwellung und Rötung bedingt.

Warum entzünden sich Mückenstiche? Wie kommt es dazu?

Da gibt es mehrere Ursachen. Einerseits ist es häufig so, dass beim Kratzen Keime und Bakterien in die Haut reinkommen. Andererseits können natürlich auch durch den Stich alleine schon Keime und Bakterien in die Haut gelangen, was letztendlich dann zu der Entzündungsreaktion führt.

Wie macht sich das bemerkbar, dass der Mückenstich sich entzündet hat? Wann sollte man zum Arzt gehen?

Wenn der Mückenstich besonders stark gerötet oder sehr stark angeschwollen ist oder es dann zusätzlich auch zu Eiter- und Blasenbildungen kommt und vielleicht auch die ganze Hand oder der ganze Fuß geschwollen ist – dann sollte man auf jeden Fall zum Arzt gehen. Dann ist möglicherweise auch ein Antibiotikum notwendig.

Welche Hausmittel helfen gegen Mückenstiche?

Das ist von Patient zu Patient unterschiedlich. Bei vielen Patienten hilft es, wenn direkt gekühlt wird. Zum Beispiel mit dem Kühlpack aus dem Kühlschrank – bitte nicht aus dem Eisfach, denn das kann zu Erfrierungen führen! Man kann alternativ auch kühlende Cremes, Salben oder Gels anwenden, die enthalten auch zum Teil Antihistaminika. Bei anderen Patienten hilft Hitze besonders gut, da sollte man dann diese medizinischen Hitze-Stifte verwenden – aber keine anderen Hausmittelchen. Wenn eine stärkere Reaktion auftritt, dann kann man auch Antihistaminika als Tabletten einnehmen oder sich eine stärkerer Cortison-Creme verschreiben lassen.

Gibt es auch Mythen über Behandlungsmöglichkeiten, die tatsächlich keine Besserung bringen?

Also dieser Speichel, den man klassischer Weise immer hört, den würde ich nicht unbedingt empfehlen. Der Vorteil ist natürlich, dass es direkt eine Kühlung bringt, aber der Speichel enthält auch Bakterien. Insofern sollte man das lieber nicht machen.

Wie kann man Mückenstichen am besten vorbeugen?

Im Idealfall sollte man natürlich Ansammlungen und Orte vermeiden, wo viele Mücken sind. Das geht natürlich nicht immer, sodass man dann am besten lange und helle Kleidung tragen sollte. Alternativ kann man auch ein Mückenschutzspray verwenden. Da ist es auch nochmal ganz wichtig, dass man das wiederholt anwendet. Für das häusliche Schlafzimmer könnte man auch Insektenschutzgitter anbringen.

Manche Menschen werden ja besonders stark von Mücken befallen. Woran liegt das?

Es gibt schon einige Patienten, die mehr von Mücken gestochen werden als andere Patienten. Es gibt ältere Daten, die zeigen, dass möglicherweise die Blutgruppe eine Rolle spielt. Das ist aber nicht wirklich belegt. Was die Mücken natürlich anzieht ist Schweißgeruch. Der individuelle Körpergeruch ist ja - je nach Bakterien, die auf der Haut leben - immer unterschiedlich. Das mag eine Rolle spielen. Alkohol wirkt außerdem auch anziehend auf Mücken. Ansonsten kann man hier aber keine klaren Aussagen treffen, welche Menschen besonders stark von Mückenstichen betroffen sind und warum. Das Geschlecht zum Beispiel spielt aber keine Rolle.