

Was Eltern gegen Parasiten und Hauterkrankungen im Sommer tun können

Von Badedermatitis bis Sonnenallergie

Frankfurt am Main - Der Sommer ist da und vor allem Familien mit Kindern verbringen viele Stunden im Freien. Auf Spiel- und Sportplätzen, im Wald oder am Badensee lauern allerdings auch regelmäßig kleine Plagegeister, die den Spaß trüben können. „Eltern sollten sich in der Apotheke vor Ort beraten lassen, wie sie Badedermatitis und Insektenstichen vorbeugen und auftretende Schmerzen schnell lindern können“, empfiehlt Ursula Funke, Präsidentin der Landesapothekerkammer Hessen. Auch die Symptome einer Sonnenallergie lassen sich mit den geeigneten Arzneimitteln abmildern.

Juckender Ausschlag nach dem Baden

An heißen Tagen erfrischt kaum etwas so sehr, wie der Sprung ins kühle Nass. Wenn beim Badeausflug in die freie Natur ein starker Juckreiz auftritt und sich im weiteren Verlauf rote Flecken und stark juckende Quaddeln bilden, kann es sich um eine Badedermatitis handeln. Die Ursache sind Zerkarien, Larven von Saugwürmern, die mit bloßem Auge nicht zu erkennen sind. Die Parasiten sind ab dem Frühsommer vor allem in Seen mit bewachsenem Ufer verbreitet und befallen eigentlich Wasservögel - der Mensch ist nur ein Fehlwirt. Kommt es dennoch zum Kontakt, bohren sich die Larven in die menschliche Haut und sterben ab. Beim ersten Befall entstehen nur geringe Hautreaktionen. Die beschriebene Badedermatitis tritt erst beim wiederholten Kontakt auf, wenn das Immunsystem sensibilisiert ist.

Nur kurz im Uferbereich aufhalten

Betroffene sollten die juckenden Quaddeln nicht aufkratzen, da es sonst zu sekundären Infektionen kommen kann. Die Symptome der Badedermatitis können mit einem Antihistamin-haltigen Gel oder Corticoid-haltiger Creme behandelt werden. Bei besonders starkem Juckreiz können Antihistaminika zum Einnehmen helfen. Um den Kontakt mit Zerkarien zu vermeiden, sollten sich Badende nicht zu lang im flachen, warmen Uferbereich aufhalten und stattdessen zügig ins tiefere, kühlere Wasser schwimmen. Nach dem Schwimmen sollte die Badekleidung zeitnah ausgezogen und der Körper kräftig mit einem Handtuch abgetrocknet werden, sodass etwaige Zerkarien nicht in die Haut eindringen können. Bäder am frühen Morgen sind nicht zu empfehlen, da die Larven in dieser Zeit freigesetzt werden. Ein versehentliches Verschlucken der Zerkarien stellt keine Gefahr dar, da die Infektion über die Hautoberfläche stattfindet.

Wärme und Kälte gegen Insektenstiche

Blutsaugende Insekten wie Stechmücken haben im Sommer Paarungszeit und sind auf der Suche nach Nahrung. So benötigen befruchtete Mückenweibchen Proteine und Eisen, die sie aus dem menschlichen Blut aufnehmen. Nach einem Insektenstich sollte die betroffene Stelle mit sauberem, kaltem Wasser abgespült und zum Beispiel mit einem Kühlpack oder umwickelten Eiswürfeln gekühlt werden. Juckt es weiterhin, kann ein abschwellendes Gel oder Spray die Beschwerden lindern. Präparate mit Hydrocortison können Entzündungen hemmen, sind aber nicht für Kinder

unter sechs Jahren geeignet. Auch Hitzestifte sind hilfreich, wenn man sie zeitnah nach dem Stich anwendet. Die kurze konzentrierte Wärme auf der betroffenen Hautstelle soll das Insektengift zersetzen und die Histamin-Ausschüttung stoppen. Die Bekämpfung des Juckreizes kann das Aufkratzen der Wunden und dadurch entstehende Infektionen verhindern. Zusätzlich können Eltern mit antiseptischen Wundgelen vorbeugen.

Mücken und Co. durch Geruch fernhalten

Manche Insektenstiche lassen sich schon durch die Wahl der geeigneten Kleidung wie langärmelige Oberteile, lange Hosen und geschlossene Schuhe vermeiden. Um Zeckenstiche und Infektionen zu verhindern, sollte der Körper nach dem Aufenthalt im Freien genau abgesucht werden. Repellentien halten blutsaugende Insekten durch ihren Geruch fern. In Deutschland gekaufte Mittel enthalten im Regelfall Diethyltoluamid, Icaridin, Para-Menthan-3,8-diol oder Ethylbutylacetylaminopropionat. Als natürliche Alternativen können ätherische Öle und langkettige gesättigte Fettsäuren verwendet werden, die jedoch schwächer wirken. Entscheidend ist die korrekte Anwendung der Repellents: Wirkstoff, Konzentration und Mixtur variieren und bestimmen Wirkspektrum und -dauer. Die Apotheke vor Ort berät zu Auftragsmengen, Altersbeschränkungen und der Verwendung in der Schwangerschaft oder während der Stillzeit. Die Mittel sollten lückenlos auf die unbedeckte Haut aufgesprüht werden. Augen, Mund und Schleimhäute sind unbedingt auszusparen. Stattdessen kann das Repellent auf die Handflächen gesprüht und anschließend vorsichtig im Gesicht verteilt werden. Im Sommer wird erst die Sonnenschutzcreme und circa 15 Minuten später das Repellent appliziert. Nach dem Waschen oder Baden sollte der Insektenschutz erneuert werden.

Grenzen der Selbstmedikation

Wenn die gestochenen oder gebissenen Personen eine Insektengiftallergie haben oder betroffene Hautstellen stark anschwellen, rot werden sowie glühen und schmerzen, sollte der Hausarzt aufgesucht werden. Dies gilt zum Beispiel auch bei Stichen in die Zunge, Lippe und den Hals- oder Augenbereich, bei Hautreaktionen, die über den Einstichbereich hinausgehen, allgemeinem Unwohlsein, Übelkeit, Fieber, Schüttelfrost, Atemnot, Gelenk- oder starken Kopfschmerzen und wenn Kleinkinder von Bienen, Wespen oder Hornissen gestochen werden. Nach Zeckenbissen können Wanderröte, starke Kopfschmerzen und Fieber ohne weitere Erkältungssymptome Anzeichen einer Borreliose oder FSME sein, die ebenfalls von einem Arzt abgeklärt werden sollten.

Wenn der Körper die Sonne nicht mehr verträgt

Nicht nur Sonnenbrand und Hitzschlag können die Sommerlaune empfindlich dämpfen. Ist die Haut die Sonneneinstrahlung nicht mehr gewohnt, kann es bei einigen Menschen zu einer polymorphen Lichtdermatose, umgangssprachlich Sonnenallergie genannt, kommen. Auslöser ist vor allem die UV-A-Strahlung. Am häufigsten sind Kinder und junge Erwachsene betroffen. Die Symptome treten meist erst einige Stunden oder Tage später auf und reichen von geröteten, juckenden Stellen auf den Oberschenkeln, Oberarmen, Handrücken und im Gesicht hin zu Papeln und Bläschen, die sich gegebenenfalls entzünden. Linderung verschaffen kühlende Umschläge. Hydrocortison-haltige Cremes, Lotionen oder Sprays können die Heilung beschleunigen. In schwereren Fällen können orale Antihistaminika helfen. Personen, die zu einer Sonnenallergie neigen, sollten ihre Haut zu Beginn des Sommers erst wieder an die Sonne gewöhnen, sodass sie ihren Schutzmechanismus aufbauen kann. Hierzu sollten schattige Plätze bevorzugt und die Mittagssonne vermieden werden. Ein Sonnenhut kann das Gesicht schützen. Zur Vorbeugung eignen sich Sonnenschutzmittel mit möglichst hohem Lichtschutzfaktor, die auch einen hohen UVA-Schutz bieten. Grundsätzlich sollte einem Sonnenbrand immer vorgebeugt werden, da die Langzeitschäden gravierend sein können. Apotheker beraten bei der Auswahl der geeigneten Mittel.

Der Landesapothekerkammer Hessen gehören rund 6.500 Apothekerinnen und Apotheker an. Der Heilberuf des Apothekers unterliegt einem gesetzlichen Auftrag. Zu den Aufgaben der Landesapothekerkammer gehören die Förderung der Fort- und Weiterbildung und die Überwachung der Einhaltung der Berufspflichten durch ihre Mitglieder.