

Mücken

Was tun gegen die lästigen Plagegeister...



Vorbeugend:

Wir haben Sommer. Wir sind in der freien Natur. Da lassen sich Mücken nicht wirklich fern halten. Das hier könnt ihr tun, um Euch zu schützen:

- ✓ Weite, leichte Kleidung tragen, die alle Körperstellen bedeckt. Durch eng anliegenden Stoff stechen Mücken problemlos durch.
- ✓ Genau so wirksam wie teure Mittelchen aus der Apotheke ist dieses Rezept: Mische Zitronellaöl oder Lavendel-, Kampfer- oder Zimtöl im Verhältnis 1:4 mit Deiner Körperlotion oder mit Babyöl. Reibe damit alle freien Hautstellen ein und die Mücken finden Dich nicht mehr so „anziehend“

Zur Nachbehandlung:

Hat das blöde Tierchen einmal gestochen, kann es zu Juckreiz oder Quaddelbildung kommen. Hier ein paar Tipps, die schnell helfen:

- ✓ KÜHLEN. Egal ob mit Eiswürfeln (diese nicht direkt auf die Haut geben, sondern ein dünnes Baumwolltuch dazwischen legen), einer aufgeschnittenen Zwiebel oder Ähnlichem. Die Kälte lindert die Schwellung und den Juckreiz.
- ✓ Auch ein Metall-Löffel, der immer wieder (z.B. in heißem Wasser) erhitzt und auf die juckende Stelle gedrückt wird kann helfen, da die Hitze die Eiweißbausteine des Mückengiftes zerstört.
- ✓ Sogenannte Antihistaminika in Form von Cremes oder Gels (erhältlich in der Apotheke) mindern die Wirkung des körpereigenen Stoffes Histamin ab, der für Juckreiz und Quaddelbildung nach einem Stich verantwortlich ist. Ein Gel hat den Vorteil, dass es zusätzlich kühlt. Menschen, die stärker auf einen Mückenstich reagieren, können auch niedrig dosiertes Hydrokortison als Creme auftragen. Allerdings nur kurzfristig.