

Repellentien: Wie man sich gegen die Plagegeister wehrt

Kennen Sie das gefährlichste Tier in Afrika? Der Löwe, das Krokodil? Nichts davon! Das gefährlichste Tier kommt nachts mit zartem Flügelschlag herangeschwirrt: die weibliche Anophelesmücke, die Überträgerin des Malariaerregers. Jedes Jahr erkranken weltweit 120 Millionen Menschen an den Folgen eines Mückenstichs. Tendenz steigend, da sich die Anophelesmücken dank der globalen Erwärmung immer weiter ausbreiten.

Malaria ist zwar die bekannteste, aber nicht die einzige Erkrankung, die durch die hungrigen Blutsauger übertragen wird. Laut der Weltgesundheitsorganisation (WHO) ist in ganz Südostasien und Südamerika die, Ansteckungsgefahr für das durch Mücken übertragene **Dengue-Fieber** stark gestiegen. In Thailand wurden dieses Jahr schon mehr als 32 000 Erkrankte und 60 Todesfälle gemeldet. Auch in der Dominikanischen Republik infizierten sich im letzten Jahr Touristen. Die durch Mücken übertragene **Japanische Enzephalitis** (Hirnhautentzündung) führte 1997 und 1999 vor allem in Nordindien, Nepal und Osttimor zu einer Epidemie mit tausenden Erkrankten und einigen hundert Toten.

Vor gefährlichen Mücken ist man aber selbst am Mittelmeer, von Südfrankreich bis Portugal und auf den vorgelagerten Inseln nicht sicher: Besonders zwischen Juni und August fliegen dort Sandmücken, die **Leishmanien übertragen. Sie befallen die Zellen des Immunsystems und gelangen in die Haut, Leber oder ins Knochenmark. Weltenbummler, die einen Trip in ferne Länder planen, sollten deshalb das Risiko von Mückenstichen nicht unterschätzen und sich gut vor ihnen schützen.**

Worauf die Plagegeister fliegen, wissen auch die Wissenschaftler nicht genau. Mücken haben ihre Vorlieben. Ein hoher Cholesterinspiegel zieht sie an, ebenso Düfte von Cremes und Kosmetika. Dagegen verschmähen sie Menschen, die Medikamente oder hohe Dosen von Vitamin B einnehmen.

Die beste und in vielen Fällen einzige Vorbeugung vor Erkrankungen ist ein möglichst flächendeckender Schutz vor Mücken. In Risikogebieten sollten Sie schon bei der Hotelbuchung darauf achten, daß die Fenster mit Fliegengaze und daß die Zimmer mit einem Moskitonetz über dem Bett ausgestattet sind. im Zweifelsfall selbst ein Moskitonetz mitnehmen. Mit einer Wäscheleine und -klammern oder mit Hilfe von Saugnäpfen läßt sich ein Netz meist überall problemlos anbringen. Wird es mit einem Pyrethroid (aus Chrysanthemenblüten gewonnen) beschichtet, ist es ein äußerst wirksames Hindernis für angreifende Mücken. Netzimprägnierungen nach jeder Wäsche, spätestens nach sechs Monaten erneuern!, Je engmaschiger das Netz desto mehr Schutz bietet es auch vor kleinsten Plagegeistern wie Sandmücken. Für die schwülheißen Tropen ein etwas grobmaschigeres Netz wählen, da es eine bessere Luftzirkulation ermöglicht.

Im Hotel die Klimaanlage einschalten, denn Stechmücken meiden kühle Räume. Im Zimmer kann man Mücken auch mit einem Elektroverdampfer ("Baygon Master Mückenschutz", "Paral Mücken-Mobil") zu Leibe rücken. Sie lähmen die Insekten mit dem Wirkstoff Transfluthrin, der bereits in geringer Konzentration wirksam ist. Unbedingt einen Dauergebrauch vermeiden, vor allem wenn Säuglinge oder Kranke im Raum sind: Transfluthrin wirkt reizend auf Augen, Haut und Schleimhaut und kann Kribbeln und Hustenreiz hervorrufen. Das Gleiche gilt für das Abbrennen von Räucherspiralen mit Pyrethrum.

Mücken lieben dunkle Flächen, deshalb auf helle, lockere und dicke Kleidung achten. Sehr dünne Kleidung kann von ihnen leicht durchstoßen werden. Abends lange Hosen und lange Ärmel tragen und die Kleidung wenn möglich mit Pyrethroidsprays imprägnieren. Mückenbrutplätze wie Sümpfe, stehendes Wasser und Gräben meiden! Wanderer können sich mit Mosquito-Kopfnetzen schützen, die über Kopf und Hals gezogen werden. Auf blumig duftende Parfüms und Cremes verzichten. Auch ein Schutz der Haut durch Mückenschutzmittel (Repellentien) ist notwendig.

Allerdings ergab ein Test der Stiftung Warentest, daß von 13 handelsüblichen Referentinnen gleich vier mit "mangelhaft" abschnitten. Am wirkungsvollsten erwiesen sich "Autan Family

Milch" und "Jaico Muggenmelk", sie hielten die lästigen Stecher drei bis vier Stunden ab. "Aldi Hautpflege Spray" und "Assistan Mückenstop Lotion" waren zufriedenstellend. Viele Mittel mit Ökoinhaltsstoffen wie Teebaumöl, aber auch Duftkerzen, Mückenbänder, Ultraschallgeräte und UV-Lampen zeigten dagegen überhaupt keine Wirkung!

Reisemediziner empfehlen deshalb Repellentien mit Wirkstoffen wie Diethyltoluamid (DEET) oder Hydroxyethyl-Piperidine. Sie wirken lange, können jedoch im Einzelfall Nebenwirkungen haben. Zum Beispiel reizt DEET die Schleimhäute. Auch das aus einer Chrysanthemenart gewonnene Pyrethrum kann nervenschädigend wirken. Deshalb Vorsicht bei kleinen Kindern und in der Schwangerschaft. Kinder unter zwei Jahren sollten damit nicht behandelt werden. Unbedingt von einem Arzt oder Apotheker beraten lassen!

Alle Mückenschutzmittel in Form von Cremes, Sprays oder Lotionen müssen lückenlos und als letzte Schicht über Hautcreme, Make-up oder Sonnencreme aufgetragen werden. Da durch Schwitzen oder mechanisches Abreiben die Wirkung der Mittel schneller nachlässt, spätestens alle drei bis vier Stunden oder nach dem Baden das Repellent erneut auftragen. Bei Malaria, Japanischer Enzephalitis und dem ebenfalls durch Mücken übertragenen Gelbfieber reichen diese Maßnahmen allein aber nicht aus. Deshalb sollten Sie sich unbedingt frühzeitig vor Reisebeginn bei einem Tropeninstitut über Impfungen und Prophylaxemittel beraten lassen!