

Schutz vor Mückenübertragenen Erkrankungen/Insektenschutz

Viele, insbesondere tropische Krankheiten (z. B. Dengue-Fieber, Schlafkrankheit, Japanische Enzephalitis; Zika-Virus-Infektionen) werden durch Stechmücken übertragen. Es gibt Tag-, Nacht- und Dämmerungsaktive Stechmücken. In Höhen über 1.500 Metern nimmt das Infektionsrisiko durch Stechmücken ab (cave: Abstieg in Täler z.B. in Nepal Kathmandu-Tal und Chitwan-Nationalpark).

Vermeidung von Insektenstichen (Expositionsprophylaxe)

- **Mückensichere Räume** (Klimaanlage, Mückengitter, Ventilator) und Nutzung von **Moskitonetzen** (Maschengröße 1 - 1,5 mm), die allseits unter die Matratze geschlagen werden müssen oder bei Hängematten lückenlos auf den Fußboden reichen sollten. Das Netz darf nicht auf dem Schlafenden aufliegen (zusätzliche Imprägnierung mit Permethrin).
- Tragen von **hautbedeckender, heller Kleidung**, die zusätzlich imprägniert werden kann (mit Permethrin, für Kinder ab 2 Jahren geeignet).
- Einreiben wenig bedeckter oder unbedeckter Hautstellen **mit mückenabwehrenden Mitteln (Repellentien)**, v.a. Nacken und Knöchelregion.
- Evtl. elektrische Insektizidverdampfer/Biozidverdampfer (auf elektrische Spannung achten) als zusätzliche Maßnahme.
- Versprühen oder Verrauchen eines Insektenvertilgungsmittels (Pyrethrum, Pyrethroide) als zusätzliche Maßnahme.

Repellentien (bitte jeweilige Herstellerangaben beachten)

- **DEET:**
Wirksamkeit am besten nachgewiesen; Wirkungsdauer ist abhängig von der Konzentration, beeinflusst durch Aktivität, Schwitzen, individuelle Faktoren; empfohlene Konzentration zwischen 30 - 50% (Wirkungsdauer bei 20% ca. 1 - 3 Stunden; bei 30% bis zu 6 Stunden, bei 50% bis zu 12 Stunden); empfohlenes Mindestalter je nach Konzentration (und Herstellerangaben), 50%ige DEET Konzentration i.d.R. für Kinder ab 9 Jahren geeignet; Empfehlungen für die Anwendung in der Schwangerschaft und Stillzeit sowie für Kinder unter 9 Jahren nicht einheitlich.
- **Icaridin (Picaridin, Bayrepel):**
Konzentration zwischen 10 - 20 %; kürzere Wirkungsdauer; für Kinder ab 2 Jahren und während der Schwangerschaft geeignet (Herstellerangaben beachten).
- **Pflanzenextrakte:**
Wirkstoffe wie z. B. Citronella, Lavendel, Zedern, Eukalyptus; Wirksamkeit nur für Zitroneneukalyptus (PMD, 30%) nachgewiesen; deutlich kürzerer Wirkschutz (Minuten!).

Bitte wenden

- DEET und Icaridin können auch vor anderen Überträgern (z. B. Zecken, Milben) schützen.
- Bei Verwendung von Sonnenschutzmittel für die Haut sollte zuerst das Sonnenschutzmittel einziehen und anschließend das Repellent aufgetragen werden.

Detaillierte Informationen finden Sie auch auf der Homepage des Auswärtigen Amtes:
www.auswaertiges-amt.de.