

Kaum zu glauben – aber wahr:

Ausgerechnet Brennnessel hilft bei Insektenstichen

Die Natur ist immer wieder für Überraschungen gut: Die an sich stark brennende „Kleine Brennnessel“ – als Heilpflanzenauszug aufbereitet – hat lindernde Wirkung bei Nesselausschlag und Bläschenbildung. Extrakte aus der Pflanze regen den Abtransport der Lymphe an, bauen den durch Gewebsschädigung hervorgerufenen Eiweißzerfall ab und fördern die Geweberegeneration. So werden schmerzhaft brennende Stellen bei leichten Verbrennungen, Sonnen-

fährlich eingestuft. Dennoch kann ein Mückenstich eine allergische Reaktion hervorrufen und zu starken Rötungen und Schwellungen führen. Das Jucken deutet auf eine allergische Reaktion hin, die von den Proteinen ausgelöst wird, welche die Stechmücke in die Saugstelle einspritzt. Damit möchte sie das Gerinnen des Blutes verhindern um ungestört Nahrung aufnehmen zu können. Oft bildet sich an der Einstichstelle auch noch für einige Stunden

eine Quaddel. Diese Quaddeln entstehen nach dem Stich durch die Ausschüttung von körpereigenem Histamin.



Natürliche Hilfen

Man sollte auf keinen Fall an der Einstichstelle kratzen. Dann

brand und Insektenstichen auf natürliche Weise wieder beruhigt. Insbesondere in der Zeit von Juni bis September werden die Mücken für manche Menschen regelrecht zur Plage.

Die Mückenplage

Allein in Deutschland wurden bislang 48 Arten von Stechmücken nachgewiesen, weltweit gibt es mehr als 2.500 Arten. Sie alle sind auf Nahrungssuche und die Weibchen brauchen Blut, um nach der Paarung Eier zu bilden.

In Deutschland werden Mückenstiche als unge-

nämlich gelangen womöglich Bakterien in die Haut und es kann zu Infektionen kommen. Stattdessen ist es nützlich, die betroffene Hautstelle zu kühlen – dazu hilft ein kühlendes Gel. Wer natürliche Substanzen ohne chemische Zusätze bevorzugt, findet in Apotheken ein solch kühlendes Gel mit Brennnesselauszügen und Arnika (z. B. Combudoron Gel von Weleda). Jetzt wäre der richtige Zeitpunkt, die Hausapotheke auf Vollständigkeit zu überprüfen, damit Hilfe immer rechtzeitig zur Hand ist.

Weitere Informationen: www.gesund-durchs-jahr.de (vpm)



Urtica urens – die kleine Brennnessel