

Mückenterror in der schönen Sommerzeit

Eine wunderbare laue Sommernacht.

Gemeinsames Beisammensein im Garten. Treffen in den Sommergärten,
Schlafen bei offenem Fenster. Camping am See

Autsch! Batsch! eine Stechmücke hat mich attackiert!

Kennen Sie das?

Warum werde gerade immer ich von diesen kleinen Biestern gestochen ?

Im Volksmund wird gesagt „Du hast süßes Blut, deshalb kommen diese Plagegeister zu Dir“.

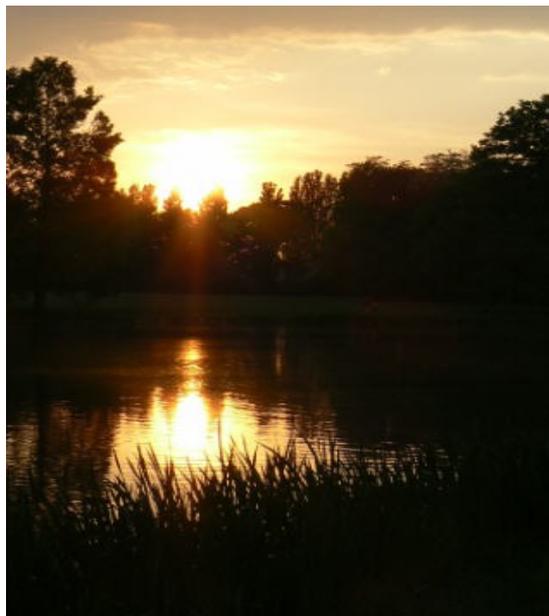
Was ist die Ursache?

Sowohl bestimmte Substanzen im Blut als auch die Hauttemperatur sind wichtige Anziehungsfaktoren.

Lockstoffe wie Aminosäuren, Milch- und Buttersäure ziehen die blut-saugenden Insekten an.

Menschen mit einer wärmeren Hauttemperatur - leicht schwitzend - sind dann eher den Angriffen ausgesetzt.

Andere Faktoren wie Luftfeuchtigkeit, Außentemperatur, sogar Farbe der Umgebung und Helligkeit lassen die Mücken ausschwirren.



Was macht unser Körper mit den Säuren

Z.B. der Milchsäure, die aus Stress und körperlicher Überanstrengung

entstanden ist?

Niere, Lunge und Darm haben normalerweise die Aufgabe, Säuren auszuscheiden. Wenn aber diese Organe überfordert sind, versucht der Körper zusätzlich es über die Haut zu regeln.

Wie kann ich mich herunter kühlen?

Ein Irrtum zu glauben, dass uns kühle Getränke und Eis abkühlen. Es treibt eher unser eigenes Abkühlungssystem in die Höhe. Der Körper empfindet es als einen Kälteschock. Er steckt spontan eine Menge Energie in die Körper- Klimaanlage und das bringt uns kräftig ins Schwitzen.

Das körpereigene Wärmeregulierungssystem versucht unsere Körpertemperatur möglichst beständig auf 37 Grad zu halten.

Machen Sie es wie die Südländer, indem sie Ihre Nahrungsmittel und bestimmte Getränke warm genießen.

Was kann mich vor Insektenstichen schützen?

Apfelessig oder Citronella **verdünnt** mit Wasser auf der Haut verteilen. Achtung! Mund und Augenpartie dabei aussparen.

Was kann ich tun, wenn ich gestochen wurde?

Aloe vera auf den Biss auftragen. Es wirkt antiseptisch und entzündungshemmend.

Zur natürlichen Linderung kann auch eine Zwiebelscheibe aufgelegt werden. Auch kann das Verreiben von Teebaumöl auf dem Insektenbiss hilfreich sein.

Ich wünsche Ihnen eine angenehme Sommerzeit



Sybille Pfeifer