

Tipp: Schutz vor Insekten- und anderen Krankheitsüberträgern

Allgemeines:

Die Bedeutung der sogenannten „Expositionsprophylaxe“ ist gar nicht hoch genug einzuschätzen.

Zahlreiche z.T. schwerwiegende Erkrankungen werden durch Biss oder Stich von Insekten, Spinnentieren inkl. Zecken, oder anderen ungebetenen Gästen übertragen.

Zum großen Teil sind die Lebens- und Beißgewohnheiten der Überträger bekannt. So ist z.B. die weibliche Anophelesmücke, der Überträger der Malaria, dämmerungs- und nachaktiv.

Gerade die Malaria ist eine der wichtigen Erkrankungen, zu deren Verhinderung die Expositionsprophylaxe viel beitragen kann. Tatsächlich hat auch wissenschaftliche Forschung eine Verringerung der Infektionswahrscheinlichkeit durch konsequenten Insektenschutz um bis zu 90% gezeigt.

Aber auch die Wahrscheinlichkeit für zahlreiche andere Infektionen kann wirksam mittels Schutz vor Insekten und anderen Tierbissen verringert werden.

Die Expositionsprophylaxe ist daher eine der wesentlichen Grundlagen zur Verhinderung von Infektionserkrankungen.

Die Liste der verhinderbaren Erkrankungen ist sehr lange. Da die Maßnahmen aber im Wesentlichen die gleichen sind, nenne ich nur beispielhaft einige: Malaria, Dengue, Japanische Encephalitis, Chikungunya, Zika, Gelbfieber, Pappataciefieber, Orientbeule, Kala-Azar, Filariosen, Trypanosmiasis (Schlafkrankheit), Zeckenbissfieber, West-Nil-Fieber, FSME, Borreliose, Crim-Kongo-Hämorrhagisches Fieber usw.

Manche dieser Erkrankungen sind selten und exotisch, andere sind durchaus reisemedizinisch relevant und andere kommen auch bei uns vor.

Regeln:

- Möglichst viel Haut mit (heller) Kleidung bedecken (langärmelige Hemden, lange Hosen).
- Kleidung mit geeigneten Präparaten (Permethrin) imprägnieren
- Haut mit geeigneten Repellents behandeln
 - Großzügig auftragen
 - Nahe an Augen und Lippen heran auftragen, aber Augen und Lippen frei lassen
 - Ausreichend häufig auftragen. (Alle acht Stunden, bei Temperaturen über 30° alle 2 Stunden)
 - Zuerst Sonnenschutz auftragen, ca. 20 Minuten später Repellent auftragen
- Moskitonetze verwenden (am besten mit Permethrin imprägniert)
- Schlafen in klimatisierten Räumen
- Insektengitter vor den Fenstern
- Schlafen in höheren Stockwerken
- Nicht am Boden schlafen

Präparate:

Eine beispielhafte Auswahl von Handelsnamen geeigneter Präparate:

- Nobite®
- Autan®
- Anti Brumm®