



Liebe Leserin, lieber Leser,

die warme Jahreszeit lockt uns nach draußen – in die Natur, an den See, auf die Terrasse. Doch sie lockt auch andere: Insekten, deren Stiche uns den Sommer gehörig verderben können. Meist sind diese Stiche harmlos, manchmal aber auch gefährlich. Und während wir uns bisher in unseren Newslettern vor allem mit der Behandlung der Stichfolgen beschäftigt haben (Stichwort: Ringelblumensalbe), wollen wir heute einen Schritt weitergehen.

Was passiert eigentlich genau im Körper, wenn wir gestochen werden? **Welche Krankheiten können übertragen werden?** Und warum wird dieses Thema in Zeiten des **Klimawandels** für uns in Mitteleuropa immer relevanter? Diesen Fragen gehen wir heute ausführlich nach – aus der Perspektive der Westlichen Medizin und der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Natürlich mit einem besonderen Augenmerk auf die **Ringelblume** als bewährtes, natürliches Heilmittel.

Insektenstiche aus westlicher Sicht: Eine immunologische und epidemiologische Betrachtung

Welche Insekten stechen (und welche beißen)?

Im alltäglichen Sprachgebrauch sprechen wir meist von "Stichen", auch wenn die Mechanismen unterschiedlich sind. Die Hauptakteure in unseren Breitengraden sind:

Insekt	Typ	Besonderheit
Stechmücken (Gelsen)	Stich	Die weiblichen Mücken benötigen Blut für die Eiproduktion. Sie stechen mit ihrem stechend-saugenden Mundwerkzeug.
Bienen	Stich	Der Stachel ist mit Widerhaken versehen und reißt beim Stich ab – die Biene stirbt. Der Stachel kann weiter Gift in die Wunde pumpen.
Wespen und Hornissen	Stich	Der Stachel ist glatt, daher können diese Insekten mehrfach stechen.
Bremsen	Stich/ Biss	Sie schneiden mit ihren Mundwerkzeugen die Haut auf und saugen das austretende Blut auf. Diese Verletzungen sind besonders schmerzhaft.
Flöhe und Bettwanzen	Biss	Sie beißen, um an Blut zu gelangen. Die Stichstellen sind oft in Reihen angeordnet und jucken stark.

Die lokale Reaktion: Was passiert im Körper?

Ein Insektenstich ist aus westlicher Sicht eine **lokale, immunologische Reaktion** auf das Artfremde Eiweiß, das im Speichel der Mücke (beim Stechvorgang) oder im Gift der Biene/Wespe enthalten ist.

1. **Die direkte Gewebeschädigung:** Das Mundwerkzeug des Insekts verletzt die Haut und kleine Blutgefäße.
2. **Die Freisetzung von Mastzellen:** Der Körper erkennt das Fremdeiweiß sofort. Spezialisierte Immunzellen, die sogenannten Mastzellen, werden aktiviert und schütten Botenstoffe wie **Histamin** aus.
3. **Die Symptome:** Histamin bewirkt eine Gefäßerweiterung (Rötung), eine erhöhte Durchlässigkeit der Gefäße (Schwellung/Ödem) und die Stimulation von Nervenenden (Juckreiz und Schmerz). Das Ergebnis ist die klassische "Quaddel": eine rote, juckende, erhabene Hautreaktion.

Bei manchen Menschen fällt diese Reaktion extrem stark aus – man spricht von einer **Riesenquaddel** (einer stark ausgeprägten lokalen Reaktion). Diese ist unangenehm, aber in der Regel nicht gefährlich.

Die große Gefahr: Insektenstiche als Krankheitsüberträger

Jenseits der lokalen Reaktion ist die größte medizinische Bedeutung von Insektenstichen die Übertragung von Krankheitserregern. Weltweit sind Stechmücken die tödlichsten Tiere für den Menschen, da sie Viren, Parasiten und Bakterien übertragen. Für Europa rücken durch den Klimawandel zunehmend folgende Erreger in den Fokus:

Krankheit	Überträger (Vektor)	Symptome & Verlauf
Dengue-Fieber	Asiatische Tigermücke (<i>Aedes albopictus</i>)	Von grippeähnlichen Symptomen (Fieber, Gliederschmerzen) bis hin zur lebensbedrohlichen hämorrhagischen Form (Blutungen).
Chikungunya-Fieber	Asiatische Tigermücke (<i>Aedes albopictus</i>)	Hohes Fieber und starke, oft monatelang anhaltende Gelenkschmerzen.
Zika-Virus	Asiatische Tigermücke (<i>Aedes albopictus</i>)	Oft milde Symptome, aber gefährlich für Schwangere (kann zu Fehlbildungen beim Fötus führen).
West-Nil-Fieber	Hausmücke (<i>Culex pipiens</i>)	Verläuft meist symptomlos, kann aber bei älteren Menschen eine gefährliche Hirnhautentzündung (Meningitis) auslösen.
Leishmaniose	Schmetterlingsmücke (Sandfliege)	Befällt Haut (Hautgeschwüre mit Narbenbildung) oder innere Organe (potenziell tödlich).

Anaphylaxie: Der allergische Notfall

Neben der lokalen Reaktion und der Übertragung von Krankheiten gibt es die dritte, akut lebensbedrohliche Gefahr: die **allergische Reaktion vom Soforttyp (Anaphylaxie)**. Bei Menschen mit einer spezifischen Allergie gegen Wespengift (oder seltener Bienengift) reagiert das gesamte Immunsystem innerhalb weniger Minuten überschießend.

**Alarmzeichen, die sofortiges Handeln erfordern:**

- Plötzliche Hautreaktionen wie Nesselausschlag (Urtikaria) am ganzen Körper
- Schwellungen im Gesicht, vor allem an Lippen, Zunge und im Rachenraum
- Atemnot, pfeifende Atemgeräusche
- Schwindel, Herzrasen, Blutdruckabfall bis hin zur Bewusstlosigkeit

In diesen Fällen zählt jede Minute – sofort den Rettungsdienst (144 oder 112) alarmieren!

**Insektenstiche aus Sicht der TCM:
Ein Angriff von außen**

Aus der Perspektive der Traditionellen Chinesischen Medizin wird ein Insektenstich als das Eindringen eines **äußeren pathogenen Faktors** in die Haut und oberflächlichen Muskelregionen betrachtet. Die Art der Symptome verrät dem TCM-Arzt, um welche Art von Pathogen es sich handelt.

Die Pathogenese nach TCM

Ein Insektenstich führt in der TCM-Logik zu einer **Stagnation von Qi und Blut** an der Einstichstelle. Die Folgen sind Schwellung und Schmerz.

- **Rötung, Hitzegefühl und pochende Schmerzen** = Symptome von **Hitze**. Das Gift des Insekts (z. B. von Biene oder Wespe) hat einen heißen, toxischen Charakter, der ins Blut eindringt.
- **Juckreiz, der plötzlich kommt und geht oder wandert** = Symptom von **Wind**. Der Mückenspeichel oder das Gift können als Wind-Pathogen interpretiert werden, das die Hautoberfläche reizt.
- **Starke Schwellung mit wässriger Flüssigkeit** = Symptom von **Feuchtigkeit**.
- **Starke Eiterbildung** = Symptom von **Gift-Hitze**.

Besonders das Eindringen von "toxischer Hitze" durch Insektenstiche wird als relevante Störung betrachtet, die zu einer Qi- und Blut-Stagnation führt.

Der Unterschied: Normale Reaktion vs. Allergie (TCM)

Die TCM kann sehr gut zwischen einer normalen, lokalen Reaktion und einer krankhaften Überreaktion (der Anaphylaxie) unterscheiden:

- **Normale Reaktion:** Ein lokales Ungleichgewicht: Wind, Hitze und Feuchtigkeit sind lokal begrenzt. Der Körper hat genug Wei-Qi (Abwehrkraft), um den Feind in Schach zu halten.
- **Anaphylaxie:** Ein systemisches Versagen. Die Hitze oder das Gift sind so stark, oder das Wei-Qi (die Abwehrkraft) des Menschen ist so geschwächt, dass der pathogene Faktor ungehindert ins Körperinnere eindringen kann. Dies führt zu einem inneren Wind-Hitze-Sturm, der sich durch die oben beschriebenen allergischen Ganzkörpersymptome manifestiert. Die TCM würde hier von einer massiven Störung der Leber- und Herz-Funktionen sprechen, da der Shen (Geist) in Aufruhr gerät.



Der Klimawandel als Treiber: Ein Ausblick in die Zukunft

Eine der größten gesundheitlichen Herausforderungen unserer Zeit ist die durch den Klimawandel bedingte Ausbreitung von Krankheitsüberträgern. Früher "tropische" Krankheiten werden bei uns heimisch. Der Klimawandel begünstigt die Ausbreitung der **Asiatischen Tigermücke**, eines sehr effizienten Überträgers von Dengue-, Chikungunya- und Zika-Viren.

Die wichtigsten Erkenntnisse der Forschung:

- **Rasante Ausbreitung in Europa:** Die Asiatische Tigermücke wurde erstmals in den 1990er Jahren in Italien gesichtet. Mittlerweile hat sie sich in **16 europäischen Ländern** etabliert. In Frankreich breitet sie sich mit einer Geschwindigkeit von **20 Kilometern pro Jahr** nach Norden aus.
- **Städte sind Hotspots:** Großstädte wie Paris, Wien, Frankfurt und Zagreb sind aufgrund des Wärmeinseleffekts besonders gefährdet, da sie der Mücke ein ideales, warmes Mikroklima bieten. Aber auch **mittelgroße Städte** gelten als besonders anfällig für Ausbrüche.
- **Verkürzte Ausbruchsintervalle:** Die Zeitspanne zwischen der Ankunft der Mücke und dem ersten Krankheitsausbruch hat sich von **25 Jahren auf weniger als 5 Jahre** verkürzt.
- **Konkrete Zahlen:** 2025 wurden in Frankreich bereits **170 lokale (autochthone) Fälle** von Chikungunya und Dengue-Fieber gemeldet – dreimal so viele wie im gesamten Vorjahr! Selbst in Deutschland wurden die ersten Tigermücken-Populationen in Baden-Württemberg, Hessen und Berlin nachgewiesen, auch wenn es hier noch keine lokalen Krankheitsübertragungen gab.
- **Prognose:** Ein Temperaturanstieg von nur **1 °C** im Sommer ist mit einer **55% höheren Wahrscheinlichkeit** für einen Krankheitsausbruch verbunden
- Langfristige Prognosen gehen von einer dramatischen Zunahme von Dengue- und Chikungunya-Fällen in Europa aus.

Behandlung von Insektenstichen: Ringelblumensalbe als erste Wahl

Jenseits der schweren Fälle, die ärztlicher Behandlung bedürfen, ist bei normalen, lästigen Insektenstichen die Ringelblumensalbe eines der besten natürlichen Heilmittel.

Wirkung der Ringelblume aus westlicher Sicht

Die Ringelblume (*Calendula officinalis*) besitzt eine medizinisch anerkannte, wundheilende Wirkung. Ihre Inhaltsstoffe, insbesondere die Triterpenalkohole (z.B. Faradiol), Flavonoide und Saponine, wirken in mehrfacher Hinsicht gegen die Symptome eines Insektenstichs:

- **Entzündungshemmend:** Die Triterpenalkohole hemmen die entzündlichen Prozesse in der Haut, die durch das Histamin ausgelöst wurden. Rötung und Überwärmung klingen ab.
- **Juckreizstillend:** Durch die kühlende und entzündungshemmende Wirkung werden die juckreizauslösenden Nervenenden beruhigt.
- **Abschwellend:** Sie reduziert die durch die Histaminausschüttung verursachte Schwellung (Ödem).
- **Schmerzlindernd:** Sie hat eine sanfte analgetische Wirkung auf die gereizte Haut.
- **Antiseptisch:** Sie beugt einer bakteriellen Infektion der durch das Kratzen verletzten Haut vor.



Die Anwendung ist denkbar einfach: Mehrmals täglich ein dünner Film der Ringelblumensalbe auf den frischen Stich auftragen oder besser mit Ringelblumensalbe und einem Pflaster den Stich bedecken.

Wirkung der Ringelblume aus TCM-Sicht

Ein TCM-Therapeut würde die Ringelblumensalbe bei Insektenstichen als ideale, äußerliche Behandlung betrachten, da sie genau die pathogenen Faktoren adressiert, die durch den Stich entstanden sind.

- **Kühlt Hitze:** Die kühlende Eigenschaft der Ringelblume wirkt direkt gegen die rote, heiße Entzündungsreaktion.
- **Bewegt stagnierendes Blut:** Sie beseitigt die lokale Stagnation von Qi und Blut, was die Schwellung und den pochenden Schmerz reduziert.
- **Stillt Wind:** Sie beruhigt den wandernden, unberechenbaren Juckreiz.
- **Klärt Gift-Hitze:** Sie hilft dem Körper, das "toxische Gift" des Insekts zu neutralisieren.

In der TCM-Logik unterstützt die Ringelblumensalbe den Körper dabei, den eingedrungenen pathogenen Faktor lokal zu bekämpfen und auszuleiten, bevor er tiefer eindringen und größeren Schaden anrichten kann.

Wichtiger Hinweis: Ein Allergiker sollte ein neues Produkt, insbesondere wenn es Pflanzenextrakte enthält, immer zuerst an einer kleinen, unauffälligen Hautstelle testen. Menschen mit einer bekannten Korbblütler-Allergie sollten auf Ringelblumenprodukte verzichten.

Zusammenfassung und Fazit

Perspektive	Wirkverständnis	Bewertung & Einordnung
Westliche Medizin	Ein Insektenstich ist eine lokale Immunreaktion (Histaminausschüttung), die Rötung, Schwellung und Juckreiz verursacht. Hauptrisiken sind die Übertragung von Krankheiten (Dengue, Chikungunya, etc.) durch Mücken und die systemische Allergie (Anaphylaxie).	Ringelblumensalbe ist ein sicheres, natürliches Mittel zur Linderung der lokalen Symptome. Angesichts des Klimawandels wächst die Gefahr durch tropische Krankheitsüberträger, was die Bedeutung von Mückenschutz erhöht.
Traditionelle Chinesische Medizin	Ein Insektenstich ist das Eindringen eines äußeren pathogenen Faktors (Wind, Hitze, Gift), der Blut- und Qi-Stagnation verursacht.	Ringelblumensalbe ist ideal, um die akuten Symptome (Hitze kühlen, Wind stillen, Gift klären, Stagnation bewegen) auf der Oberfläche zu behandeln, ohne die inneren Abwehrkräfte (Wei-Qi) zu schädigen.



Unser Fazit für Sie

Die Natur ist nicht nur die Quelle des Problems (stechende Insekten), sondern auch der Lösung. Bei dem ganz normalen, aber lästigen Juckreiz und der Schwellung einer Mücke oder Wespe ist die **Ringelblumensalbe** ein hervorragendes, altbewährtes Hausmittel, das aus beiden medizinischen Perspektiven sinnvoll ist. Sie wirkt entzündungshemmend, juckreizstillend und kühlend – so hilft sie dem Körper, die Stichstelle schnell zu reparieren.

Gleichzeitig müssen wir die Gefahren ernst nehmen. Der Klimawandel ist keine ferne Bedrohung mehr, sondern eine aktuelle Realität. Tropische Mückenarten werden bei uns heimisch. Ein guter Mückenschutz (lange Kleidung, Netze, Repellentien) ist daher nicht nur im Urlaub in fernen Ländern wichtig, sondern zunehmend auch in unseren Städten.

Bleiben Sie geschützt – und bei einem Stich: Greifen Sie ruhig zur Ringelblume!

Herzliche Grüße

Ihr Team der Apotheke Boznerplatz

Quellen und weiterführende Informationen:

- **Europäische Kommission (2026):** Studie zu erhöhtem Dengue-, Zika- und Chikungunya-Risiko durch Klimawandel in europäischen Städten
- **NDR Ratgeber (2025):** Ringelblumensalbe – Anwendung, Wirkung und Rezept zum Selbermachen
- **MedMedia / Ärzte Krone (2025):** Ausbreitung von Tropenkrankheiten durch Klimawandel
- **DR. KOTTAS (2024):** Kräuter und Hausmittel gegen Insektenstiche
- **IRD le Mag (2025):** Bericht zur rasanten Ausbreitung der Tigermücke in Frankreich und Europa
- **Deutsches Apothekenportal (2025):** Auswirkungen des Klimawandels auf Infektionskrankheiten
- **n-tv (2025):** Tigermücke breitet sich rasant nach Nordeuropa aus