

Die Rückkehr der alten Plagegeister

Hautparasiten Vielreiserei und Migration bringen wieder Wanzen, Milben und Läuse ins Land. Eine konsequente Bekämpfung verschafft Abhilfe.

Stefan Müller

Sie greifen in der Nacht an, wenn man ahnungslos im Bett liegt. Sie lieben Wärme und unbedeckte Haut. Diese zeigt erst Stunden oder Tage später eine Reaktion. Die Bettwanzen haben dann ihr Opfer längst wieder verlassen. Die Stichspuren erfolgen meist in einer Linie und werden als «Wanzenstrasse» bezeichnet. Die juckenden, angeschwollenen Pusteln können mehrere Tage lästig sein, bis sie wieder von selbst verschwinden.

Allein in der Stadt Zürich gab es im vergangenen Jahr bei der städtischen Schädlingsbekämpfung rund 150 Anfragen wegen Bettwanzen. Seit der Jahrtausendwende hat sich diese Zahl mehr als verzehnfacht. «Wenn wir eine Anfrage erhalten, verlangen wir, wenn möglich, ein Tier zur Bestimmung des Schädlings», sagt Gabi Müller, Biologin und Leiterin Schädlingsprävention und -beratung der Stadt Zürich. Wenn nötig würden ein oder zwei Mitarbeitende zur Inspektion der befallenen Liegenschaft losgeschickt.

Die Wanzen bevorzugen Schlafräume. Am Tag verkriechen sie sich in die Ritzen des Bettgestells und anderer Möbel, in die Falten der Matratzen, hinter Abdeckleisten, Bildern, unter Tapeten oder in Steckdosen. Die Schädlingsbekämpfer suchen lebende Tiere oder Kotpuren. Doch Kotpuren allein genügen nicht, die können auch nur ein Hinweis auf einen früheren Befall sein. «Die Bekämpfung von Bettwanzen gehört in fachkundige Hände», betont Gabi Müller. Denn sonst könne man das Gegenteil erreichen, und die Tiere breiteten sich aus.

Eingeschleppte Bettwanzen

Die lästigen Bettwanzen sind häufig ein «Feriensouvenir». Wenn es in einem Hotel, in einer Ferienwohnung oder einem Flugzeug Bettwanzen hat, kann man sie mit dem Gepäck nach Hause bringen. Ausserdem gibt es laut Gabi Müller Vermieter, die Leute in Häusern voller Schädlinge wohnen lassen. Umgekehrt fehlt es betroffenen Mietern öfter am Geld für die Bekämpfung.

Zudem können bei einem Umzug Schädlinge mitkommen oder durch die Anschaffung von Secondhandmöbeln eingeschleppt werden. Der unangenehme Juckreiz und Ausschlag bringt die Betroffenen vielfach zum Hautarzt: «Die Patienten kommen, um sich die Wanzenstiche behandeln zu lassen, die sie sich in den Ferien geholt haben», sagt Hautarzt Marc Baumgartner aus Herzogenbuchsee BE. Er behandelt die Symptome primär mit entzündungshemmendem Kortison.

Neben Bettwanzen beschäftigen den Hautarzt auch andere Hautparasiten, vorab Kopfläuse und Krätzmilben. «Die Anzahl Patienten mit Befall der Krätzmilbe hat massiv zugenommen», konstatiert der Arzt. Diese Milbe verursacht die Hautkrankheit Krätze, medizinisch Scabies. Der Name «Krätze» leitet sich vom Wort «kratzen» her.

Krätzmilben leben auf oder in der menschlichen Haut. Man



Sorgen an Schulen und Kindergärten immer wieder für Probleme: Kopfläuse (vergrössert). Kevin Dyer (iStock)

erkennt sie als sandkorngrosse, schwarze Punkte. Die Infektion mit der Krätzmilbe erfolgt durch engen Hautkontakt. Die Parasiten und deren Ausscheidungen lösen eine allergische Reaktion mit Ausschlag und Ekzemen aus, verbunden mit starkem Juckreiz. Es bilden sich kleine Hautknötchen, offene Hautstellen durch das Kratzen und kleine rötlichbraune Milbengänge an warmen Körper-

stellen zwischen Fingern, im Genitalbereich oder am ganzen Körper.

Krätze behandelt man kombiniert: mit Kortison, um die Entzündung zu hemmen, und gleichzeitig mit einer speziellen Hautcreme oder mit Tabletten, die direkt gegen die Parasiten wirken. Wichtig sei bei den Krätzmilben, dass das Umfeld, die Familie, immer konsequent mitbehandelt werde, so der

Hautarzt. Ansonsten drohe der Pingpong-Effekt.

Läuse können jeden befallen

Der Befall mit Kopfläusen gilt in der Schweiz als häufigste Parasitenkrankung bei Kindern. So schlägt man wegen der winzigen Tierchen landauf, landab in Schulen, Kindergärten oder Horten regelmässig Alarm. Die Läuse leben ausschliesslich auf dem Kopf und werden durch direkten

Haar-zu-Haar-Kontakt übertragen, zum Beispiel wenn die Kinder beim Spielen ihre Köpfe zusammenstecken. Läusebefall hat indes nichts mit mangelnder Hygiene zu tun und kann jeden treffen. Symptome sind häufig ein Juckreiz auf der Kopfhaut und manchmal Ekzeme, verursacht durch das Kratzen. Mit Antikopflausmittel können die Läuse vernichtet werden, vorausgesetzt, alle von Läusen betroffenen Familienmitglieder werden mitbehandelt.

Eine generell wirksame Massnahme gegen Hautparasiten, ausgenommen Kopfläuse, ist das Waschen von Kleidern und Bettwäsche. Aber Achtung: mindestens mit 60 Grad. Tieferen Temperaturen, wie aus Umweltgründen oft üblich, reichen nicht. An Parasiten sollte man denken, wenn es zum Beispiel plötzlich die ganze Familie zu jucken beginnt. (mü)

Haar-zu-Haar-Kontakt übertragen, zum Beispiel wenn die Kinder beim Spielen ihre Köpfe zusammenstecken. Läusebefall hat indes nichts mit mangelnder Hygiene zu tun und kann jeden treffen. Symptome sind häufig ein Juckreiz auf der Kopfhaut und manchmal Ekzeme, verursacht durch das Kratzen. Mit Antikopflausmittel können die Läuse vernichtet werden, vorausgesetzt, alle von Läusen betroffenen Familienmitglieder werden mitbehandelt.

«Die Patienten mit Krätzmilbe haben massiv zugenommen.»

Marc Baumgartner
Hautarzt in Herzogenbuchsee BE

Der Befall mit Kopfläusen oder anderen Hautparasiten ist in der Schweiz nicht meldepflichtig. Aus diesem Grund gibt es keine Zahlen über die aktuelle Entwicklung. Die Kopfläuse sind insbesondere während der Ferienzeit ein Thema. «Dies hängt mit Reisen in Gebiete zusammen, wo zu diesem Zeitpunkt Kopfläuse verbreitet sind», sagt Christina Ruob, Spezialistin für Kopfläuse und Apothekerin in Zürich. Sie betreibt die Website www.lausinfo.ch.

So will man zum Beispiel auch bei der Zürcher Volksschule nicht von einer Zunahme reden. «Wir führen keine Statistik mehr. In früheren Jahren waren es im Schnitt ein bis zwei Kinder pro betroffener Klasse», sagt Andrea-Seraina Bauschatz, Leiterin Schulärztlicher Dienst der Stadt Zürich. Seit September 2018 seien dem Dienst 91 Verdachtsfälle gemeldet worden, davon hätten sich aber nur 13 als tatsächliche Fälle erwiesen. Dies zeige, dass das Problem oft überschätzt werde.

Dessen ungeachtet hat die Volksschule ein neues Vorgehen eingeführt, um schneller und wirksamer reagieren zu können: Es sieht vor, dass die Lehrperson aktiv wird, wenn sie bei einem Kind einen Verdacht auf Kopflausbefall hat. Die Schulleitung nimmt mit den Eltern Kontakt auf und bietet Unterstützung durch den Kopflausdienst des Schulärztlichen Dienstes an. Kopflauspezialistin Christina Ruob betont: «Die Verantwortung für die Läusebehandlung liegt jedoch nicht bei den Schulen, sondern bei den Eltern.»

Reisen eine Hauptursache

Hautarzt Marc Baumgartner nennt zwei Gründe für die Zunahme der Hautparasiten: die intensive Reisetätigkeit und die Migration. Betroffen seien vorab Menschen aus Krisengebieten wie Ex-Jugoslawien, Syrien oder Afrika, wo die medizinische Versorgung oft ungenügend sei. Hinzu komme, dass die hiesigen Ärzte die Parasiten mangels Erfahrung lange nicht erkennen würden. «Und das wiederum führt zu einer stärkeren Verbreitung.»

Vegetarier leiden seltener an Gicht

Ernährung Menschen, die sich fleischlos ernähren, haben einen niedrigeren Harnsäurespiegel im Blut und erkranken deshalb seltener an Gicht. Das ergaben neue Studien aus Taiwan, wie das Portal Wissenschaft aktuell berichtet. Gicht ist eine in Industrieländern immer häufiger auftretende Stoffwechselerkrankung. Dabei führt ein stark erhöhter Harnsäurespiegel im Blut zu Ablagerungen von Harnsäurekristallen in Gelenken, Nieren und Geweben. Das löst schmerzhafte Gelenkentzündungen und Nierenschäden aus. Da Harnsäure durch den Abbau von Purinen entsteht, also Substanzen in gewissen Lebensmitteln, wird den Patienten eine purinarme Diät empfohlen.

Erstmals bestätigen nun zwei Studien aus Taiwan, dass bei vegetarischer Ernährung das Risiko einer Gichterkrankung deutlich geringer ist als bei fleischhaltiger Kost – auch wenn purinreiche Sojaprodukte verzehrt werden. Für den Schutzeffekt seien möglicherweise pflanzliche Inhaltsstoffe verantwortlich, die die Harnsäureproduktion hemmen und Entzündungen dämpfen, schreibt Studienautor Chin-Lon Lin von der Fu-Jen Catholic University in Taipeh. «Wir konnten nachweisen, dass eine vegetarische Ernährung mit einem verringerten Gichtisiko verbunden ist und dass sich diese Wirkung nicht nur auf das Absinken des Harnsäurespiegels beschränkt.»

Die Forscher werteten Daten zweier unabhängiger Studien aus, an denen insgesamt 14 000 taiwanische Buddhisten teilnahmen und dabei über ihre Essgewohnheiten Auskunft gaben. Die Mehrheit der Probanden rauchte nicht und trank keinen Alkohol. Etwa 4700 assen weder Fleisch noch Fisch. (sae)

Check-up

Hoher Ruhepuls ist ein Warnsignal

Herzgesundheit Ein hoher Ruhepuls ist ein bekannter Risikofaktor für Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Eine neue schwedische Studie bestätigt dies erneut. Die Untersuchung zeigte zudem, dass sogar kleine Veränderungen der Ruheherzfrequenz ein höheres gesundheitliches Risiko mit sich bringen: Jeder Schlag pro Minute, der dazukommt, erhöht es um bis zu drei Prozent. Im Vergleich zu Studienteilnehmern mit weniger als 55 Herzschlägen pro Minute hatten Probanden, deren Ruhepuls höher als 75 Schläge war, ein etwa doppelt so hohes Sterberisiko. (sae)

Wie Kinder gesünder essen lernen

Psychologie Viele Kinder scheinen Gemüse für ungeniessbar zu halten. Die Akzeptanz gesunder Nahrungsmittel lässt sich jedoch mit einem Trick steigern: Werden ihnen positive Eigenschaften zugesprochen, die für Kinder interessant sind, macht sie das attraktiver. «Iss deine Linsen, wenn du gross und stark werden willst»: Solche Botschaften können Nahrungsmittel beliebter machen. Dies legt eine Studie von Forschern der Universitäten Washington und Florida nahe, die im Fachblatt «Journal of Nutrition Education and Behavior» veröffentlicht wurde. (sae)