



# Wie erkennt man eine Sandmücke?

Das Erkennen einer Sandmücke erfordert das Suchen nach mehreren markanten Merkmalen. Durch das Untersuchen dieser Merkmale können Sie Sandmücken von anderen kleinen Insekten unterscheiden:

## Größe



Sandmücken sind klein, typischerweise 1 bis 3 mm lang.

## Flügel



Sandmücken haben lange, schmale Flügel, die in Ruhe in einer V-Form über ihrem Körper gehalten werden. Die Flügel sind oft behaart und haben ein charakteristisches Adermuster.

## Bewegung



Sandmücken zeigen ein charakteristisches Hüpfen oder einen kurzen Flug, anstatt kontinuierlich zu fliegen.

## Farbe



Sie sind für gewöhnlich sandfarben oder gräulich.

## Körper und Beine

Körper (Abdomen und Thorax) und Beine sind behaart und flauschig, mit sehr langen und zarten Beinen.



## Stichverhalten



Nur weibliche Sandmücken stechen, da sie Blut für die Eientwicklung benötigen. Sie sind hauptsächlich in der Dämmerung und im Morgengrauen aktiv. Sandmücken sind stille Blutsauger, und die meisten Menschen bemerken nicht, wenn sie gestochen werden.

## Stichspuren



Stiche von Sandmücken sind oft schmerzhaft und können rote, juckende Quaddeln verursachen.

Wenn Sie von einer Sandmücke gestochen werden (wie bei anderen Insekten), befolgen Sie diese Schritte, um den Stich zu behandeln und das Risiko von Komplikationen zu verringern:

### 1 **Reinigen Sie die Stichstelle**

Waschen Sie den Stich vorsichtig mit Wasser und Seife, um das Infektionsrisiko zu verringern.

### 2 **Tragen Sie ein Antiseptikum auf**

Verwenden Sie eine antiseptische Creme oder Lotion, um Infektionen zu verhindern.

### **Reduzieren Sie Juckreiz und Schwellung**

Tragen Sie eine kalte Kompresse oder einen Eisbeutel auf die Stichstelle auf, um die Schwellung zu reduzieren und den Juckreiz zu lindern

Verwenden Sie rezeptfreie juckreizstillende Cremes wie Hydrocortison-Creme oder nehmen Sie ein orales Antihistaminikum.

### 4 **Vermeiden Sie Kratzen**

Kratzen kann zu Infektionen führen. Halten Sie Ihre Nägel kurz und sauber, um Hautschäden zu minimieren, falls kratzen unvermeidlich ist.

### 5 **Beobachten Sie die Symptome**

Sandmücken können durch Stiche manchmal Krankheiten wie Leishmaniose übertragen. Achten Sie auf Symptome wie:

Anhaltende Rötung, Schwellung oder Schmerzen an der Stichstelle;

Fieber oder Schüttelfrost;

Entwicklung von Wunden oder Geschwüren an der Stichstelle.

### 6 **Suchen Sie medizinische Hilfe**

Wenn Sie eines der oben genannten Symptome bemerken oder wenn die Stichstelle Anzeichen einer Infektion zeigt (wie verstärkte Rötung, Wärme, Eiter oder rote Streifen), wenden Sie sich an einen Arzt.

### 7 **Verhindern Sie zukünftige Stiche**

Verwenden Sie Insektenschutzmittel, tragen Sie Schutzkleidung und meiden Sie Gebiete, in denen Sandmücken häufig vorkommen, um das Risiko zukünftiger Stiche zu verringern.

