



Newsletter Juni 2024

Inhalt

Termine – Vorträge und Veranstaltungen 1

Termine im Juni 2024 1

Alles Gute zum Geburtstag! 1

Rückblick auf unser Treffen im Mai 2024 1

Beiträge Gesundheit und Wissenschaft 2

Babesien, einzellige Parasiten 2

Listerien in und auf Lebensmitteln 3

Fliegende Zecken: Hirschlausfliegen 4

Pflanzen gegen Zecken 5

Termine – Vorträge und Veranstaltungen

Termine im Juni 2024

Der Vortrag zum Thema „Erben & Vererben“ am Freitag, den 17. Mai 2024 konnte ja, weil der Notar Robert Walter wegen Krankheit verhindert war nicht stattfinden. Er soll aber nachgeholt werden. Wir werden, wenn möglich wieder über Anzeigen in Stadtanzeigen informieren.

Wir treffen uns zum nächsten Mitgliedertreffen am **7. Juni 2024 15:00 Uhr im „Schwaneneck“** in Burgstädt. Geplant ist einen Mitschnitt des Web-Seminars mit Dr. Lydia Reuter vom 26. April anzusehen und dann (nicht nur) darüber zu sprechen. Interessierte Gäste sind willkommen.

Gäste und Vereinsmitglieder: Bitte rechtzeitig anmelden, damit wir wissen, wie viele Leute kommen! (Kontakt Daten siehe oben rechts oder E-Mail an E.Stein-SHG@gmx.de).

Alles Gute zum Geburtstag!

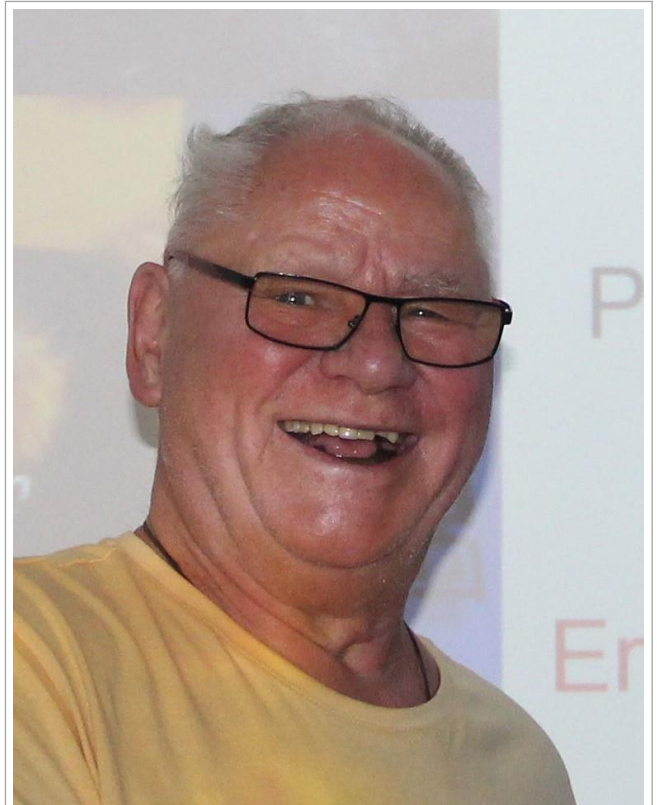
Am Freitag, den 31. Mai ist unser Vereinsgründer und Erster Vorsitzender **Jürgen Haubold 80 Jahre** alt geworden. An dieser Stelle wünschen wir nachträglich, stellvertretend für alle Vereinsmitglieder:

Alles Gute lieber Jürgen, vor allem ganz, ganz viel Gesundheit und Glück!



(Foto: [duckduckgo.com/...](https://duckduckgo.com/) (Bildersuche))

Wir alle danken dir für deinen unermüdlichen Einsatz für den Verein und hilfeschuchende Menschen! Bleib so wie du bist und verlier nie deinen Humor!



Wir wünschen dir alle, dass du ganz oft so lachen kannst!
(Foto: H. Gießner)

Rückblick auf unser Treffen im Mai 2024

Leider kam am Donnerstag vor dem geplanten Vortrag eine ganz kurzfristige Absage seitens des Notariats, weil Notar Robert Walter krank geworden war. Gäste, welche sich bei Jürgen Haubold per E-Mail angemeldet hatten wurden von ihm noch auf diesem Wege informiert. Aber 4 Interessenten konnten nicht mehr erreicht werden und waren natürlich enttäuscht, dass sie umsonst aus Mittweida bzw. Penig angereist waren.



Mitgliederrunde bei Kaffee und Kuchen (Foto: H. Gießner)

15 Mitglieder sind dann aber zum gemeinsamen Kaffeetrinken geblieben. Es gibt ja eigentlich immer etwas zu besprechen oder zu erzählen. Jürgen Haubold

berichtete von der Prüfung der Vereins-Finzen durch die Krankenkassen, rückwirkend 10 Jahre. Er sprach an, dass unser Verein dieses Jahr 20 Jahre alt wird. Aus diesem Anlass wird es wieder eine Veranstaltung geben. Geplant ist ein Informationswochenende, voraussichtlich im Oktober. Es soll ins Zittauer Gebirge gehen. Welche Referenten dabei sein werden ist noch nicht raus. Jürgen sagte, dass es immer schwieriger wird, namhafte Experten für einen Vortragsveranstaltung zu gewinnen.

Aus der Mitgliederrunde kam daraufhin der Vorschlag von Beate Maier, die ihr bekannte Ärztin Dr. Cordula Felgner zu fragen, ob sie bei uns einen Freitagnachmittag über das Thema „Gesundes Leben“ mit all seinen Facetten sprechen würde.

Es wurde auch über den Vortrag von Prof. Nenoff im April in Geringswalde gesprochen. Das Thema Hautkrankheiten und Haut- bzw. Nagelpilz ist brennend. Viele brauchen Rat zu dieser Problematik.

Jürgen Haubold erinnerte, dass die Auwaldzecke in Deutschland heimisch geworden ist. Sie ist vor allem für Hunde gefährlich, da sie der Überträger der Babesiose, der sogenannten „Hundemalaria“ ist. Babesien sind kleine parasitische Einzeller, die rote Blutkörperchen befallen und zu einer Anämie führen. Erkrankungen von Menschen sind selten. Dazu weiter unten mehr.



Wie sieht die Auwaldzecke aus? Im Internet findet man schnell die Antwort. (Foto: H. Gießner)

Auf Lebensmittelrückrufe wegen Listerien, vor allem bei Käse machte uns Jürgen Haubold auch noch aufmerksam. Aktuelle Meldungen diesbezüglich kann man in Netz unter www.lebensmittelwarnung.de/bvl-lmw-de/liste/alle/deutschlandweit/10/0 nachlesen. Auch zu diesem Thema gibt es dann weiter hinten einen Artikel.

Ingrid Richter brachte das Stichwort „fliegende Zecken“ in die Diskussion ein. Dabei handelt es sich, nach einer kurzen Anfrage im Internet um die Hirschlausfliege, also keine richtige Zecke. Zu diesem Thema gibt's dann in diesem Newsletter weitere Informationen.

Beiträge Gesundheit und Wissenschaft

Babesien, einzellige Parasiten

Babesien sind, ähnlich wie Plasmodien, die Erreger der Malaria einzellige Parasiten (Protozoen), die die roten Blutkörperchen (Erythrozyten) befallen und diese schädigen oder zerstören. Diese Erreger, welche in Europa hauptsächlich durch Auwaldzecken, aber auch durch andere Schildzecken übertragen werden, sind für Hunde sehr gefährlich. Nach jedem Spaziergang mit dem Hund sollte deshalb das Tier nach Zecken abgesehen werden, und wenn welche entdeckt werden müssen diese schnellstmöglich fachgerecht entfernt werden. Wenn es Auwaldzecken waren, erkennbar an den

typischen marmorierten Rückenschild, sollte der Hund die nächsten Wochen beobachtet werden.



Auwaldzecke... (Foto: <https://duckduckgo.com/>...(Bildersuche))

Im [ZDF-Heute-Ratgeber](#) zum Thema Auwaldzecke und Babesiose heißt es:

„Das Verhalten des Hundes genau im Blick behalten. Die Inkubationszeit von Babesiose beträgt sieben bis 21 Tage. Dann sollte bei einem Auftreten der folgenden Symptome schnell gehandelt werden:

- gestörtes Allgemeinverhalten,
- Fieber,
- Fressunlust,
- Gewichtsverlust,
- Mattigkeit,
- blasse Schleimhäute.

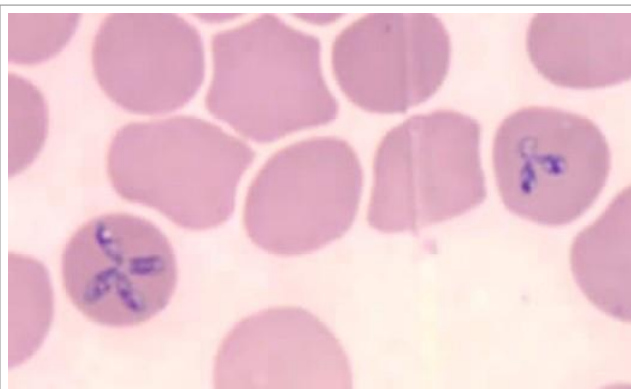
Klares Zeichen auf eine Erkrankung ist schließlich ein dunkelrot bis braun verfärbter Harn.“

Bei Auftreten o.g. Symptome muss sofort ein Tierarzt zu Rate gezogen werden, denn bei einer rechtzeitigen Diagnose ist die „Hundemalaria“ gut behandelbar.

Nicht nur Hunde, auch immungeschwächte Menschen können schwer an einer Babesiose erkranken. Zur Häufigkeit der Babesiose beim Menschen habe ich beim RKI leider keine Angaben gefunden. Aber unter www.lecturio.de/artikel/medizin/babesien-babesiose/ bin ich fündig geworden:

„In Europa sind seit den 1950er Jahren etwa 60 Fälle von Babesiose dokumentiert. Davon sind >80 % *Babesia divergens*, seltener *Babesia venatorum* oder *Babesia microti*. Schwerpunkt Europas ist Deutschland, Frankreich und die Britischen Inseln.

Überwiegende Mehrzahl der humanen Babesiosen sind bislang in den USA beschrieben: 94 % der Babesiosefälle in den Vereinigten Staaten treten im Nordost und Oberer Mittlerer Westen auf.“



Blutausstrich: Erythrozyten, die mit *Babesia microti* infiziert sind (Quelle: www.lecturio.de/artikel/medizin/babesien-babesiose/)

Es ist also eine sehr seltene Erkrankung beim Menschen in Europa. Hoffen wir, dass das so bleibt. Weitere Infos findet man im Internet bei [Wikipedia](#), [Zecken-](#)

radar.de, Medlexi.de, MSDManuals.com/de, flexikon.doccheck.com/de und andere).

Listerien in und auf Lebensmitteln

Jürgen hatte uns beim letzten Treffen auf Lebensmittelrückruf wegen Listerien, vor allem bei Käse hingewiesen. Was sind das denn für Keime, diese Listerien, und wo kommen sie her? Im [Newsletter vom April 24](#) wurde schon einmal das Thema Listeriose behandelt. Es ging dabei um einen Artikel bei [MT im Dialog](#). Ich habe nun nochmals im Internet recherchiert (Wo auch sonst?) und habe beim Robert-Koch-Institut einen [Ratgeber Listeriose](#) gefunden. Dort stehen folgende Aussagen zu den Erregern:

„Bakterien der Gattung *Listeria* (*L.*) sind grampositive, bewegliche, nichtsporenbildende, [katalasepositive](#) und [fakultativ anaerobe](#) Stäbchen. Unter sieben *Listeria*-Spezies ist *L. monocytogenes* die weitaus bedeutendste humanpathogene Spezies; ...“

Es sind also nicht alle Listerien für Erkrankungen des Menschen verantwortlich. Auch von *L. monocytogenes* gibt es laut [RKI-Ratgeber Listeriose](#) 13 sogenannte Serotypen, von denen nur 3 besonders humanpathogen sind. Die weiteren Angaben im Ratgeber zeigen, warum sie immer wieder in Lebensmitteln zu finden sind:

„Listerien stellen nur geringe Nährstoffanforderungen. Der Temperaturbereich, in dem sich *L. monocytogenes* vermehren kann, reicht bei ansonsten optimalen Wachstumsbedingungen von $-0,4\text{ }^{\circ}\text{C}$ bis $+45\text{ }^{\circ}\text{C}$. Eine Vermehrung bei Kühlschranktemperaturen ist also prinzipiell möglich, hängt jedoch auch von anderen Faktoren wie dem Vorhandensein einer kompetitiven Flora, insbesondere Bacteriocin-produzierenden Laktobazillen, dem pH-Wert und der Salzkonzentration des Milieus, z.B. des Lebensmittels, ab. Eine Vermehrung kann im pH-Bereich von 4,4 bis 9,4 stattfinden.“

L. monocytogenes ist ein fakultativ pathogener Erreger (Opportunist), der bei Tieren vorkommt, jedoch auch außerhalb des tierischen Organismus überleben und sich vermehren kann. Im infizierten Tier oder Menschen kann sich *L. monocytogenes* intrazellulär vermehren. Die Bakterien können direkt von einer Wirtszelle in die Nachbarzelle vordringen, ohne dass sie dabei im extrazellulären Milieu erscheinen müssen. Praktisch bedeutsam ist vor allem das Eindringen und Vermehren in Epithelzellen, dadurch können Listerien anatomische Barrieren (Blut-Hirn-Schranke, Schleimhaut) aktiv überwinden.“

Laut [Wikipedia](#) und [RKI-Ratgeber Listeriose](#) sind Listerien dazu überall in der Natur zu finden. Sie ernähren sich von totem organischen Stoffen. Sie kämen auch im Darmtrakt von (gesunden) Menschen und Tieren vor. Schätzungsweise 1 – 10% der Menschen würden laut [Wikipedia](#) Listerien im Darm beherbergen und diese auch ausscheiden. Weitere Aussagen zur Überlebensstrategie der Listerien bei [Wikipedia](#) zeigen, warum sie immer wieder in Lebensmitteln zu finden sind:

„... Die Tatsache, dass sie kältetolerant (psychrotolerant) sind, sowie ihre Fähigkeit, vom aeroben Stoffwechsel in einen anaeroben zu wechseln, ermöglicht es ihnen, sich auch in vakuumverpackten Lebensmitteln (Fleischprodukte, Rohmilch, Käse, Räucherfisch), die im Kühlschrank liegen, zu vermehren.“

Das sind schon fiese Überlebenskünstler. Aber nicht alle, die sich infizieren werden auch krank. Zitat RKI-

Ratgeber: „Bei immunkompetenten Menschen kommt es selten zu einer Infektion und noch seltener zu einer Erkrankung, die häufig nur als leichte, uncharakteristische fieberhafte Reaktion verläuft.“

Aber im Umkehrschluss bedeutet das eben auch, dass eine Immunschwäche ein Risiko darstellt. Im [RKI-Ratgeber Listeriose](#) heißt es dazu:

„Die Gefahr einer manifesten Erkrankung besteht hauptsächlich für abwegeschwächte Personen wie Neugeborene, alte Menschen, Patienten mit chronischen Erkrankungen (z.B. Tumoren, AIDS) oder Glukokortikoid-Therapie, Transplantierte und Schwangere. Die manifeste Listeriose äußert sich mit grippeähnlichen Symptomen wie Fieber, Muskelschmerzen sowie u.U. auch Erbrechen und Durchfall. Es kann zur Sepsis kommen, die klinisch nicht von einer Sepsis anderer Genese unterschieden werden kann.“



Listerien können sich auf verschiedensten Lebensmitteln ausbreiten (Foto: <https://duckduckgo.com/.../Bildersuche>)

Doch wie kann man sich schützen, wenn man weiß, dass man kein optimales Immunsystem hat? Dazu gibt das RKI folgende Ratschläge:

„*Listeria monocytogenes* werden vor allem in nicht erhitzen vom Tier stammenden Lebensmitteln gefunden.“

Lebensmittel, insbesondere vakuumverpackte Lebensmittel, sollten möglichst zügig nach Einkauf und weit vor Ablauf der angegebenen Mindesthaltbarkeit verbraucht werden. Vakuumverpackung und Kühlschranklagerung schützen nicht, wie bei anderen Lebensmittelinfektionserregern, vor einer Vermehrung der Listerien. Im Gegenteil, bei langen Lagerzeiten kann es hierdurch zu einer selektiven Vermehrung der Listerien kommen.

Risikogruppen, insbesondere Schwangere und Patienten mit schweren Grunderkrankungen bzw. Immunsuppression, sollten auf den Verzehr folgender Lebensmittel verzichten:

- Rohfleischerzeugnisse (z.B. Hackepeter) und Rohwurst (z.B. Salami),
- roher Fisch sowie geräucherte und marinierte Fischerezeugnisse,
- vorgeschnittene verpackte Blattsalate (Blattsalate selbst frisch zubereiten),
- Rohmilchweichkäse.

... Das Infektionsrisiko im Zusammenhang mit dem Verzehr von Weich- und Sauermilchkäsen, die aus pasteurisierter Milch hergestellt wurden, kann derzeit nicht abschließend bewertet werden. Ein vorsorglicher Verzicht auf deren Verzehr ist aber für Risikogruppen ebenfalls sinnvoll.“

Für weitere Infos wird auf die [Merkblätter des Bundesinstituts für Risikobewertung \(BfR\)](#) verwiesen. Dort sind noch ausführliche Tipps zu lesen, z.B. dass beim Erhitzen der Lebensmittel auf über 70°C für mindestens 2 Minuten Listerien abgetötet werden. (siehe dazu auch den Artikel im [Newsletter vom April 24](#))

Fliegende Zecken: Hirschlausfliegen

Beim letzten Treffen kam das Thema „fliegende Zecke“ auf. Dass es sich dabei um die Hirschlausfliege handelt, war schnell klar. Diese verbreitet sich vermehrt, wie soll es auch anders sein, durch immer mildere Winter, weil da mehr Larven überleben. Sie kommen in Schwarmform ab Spätsommer und Früherbst in Waldnähe vor. Ihr flacher, breiter, ca. 5 – 7 mm langer Körper erinnert an adulte Zecken mit längeren und dickeren Beinen und Flügeln. Das habe ich auf verschiedenen Internetseiten gelesen.

Die Hirschlausfliege

Pilzesammler, Hunde und Pferde werden im Herbst oft attackiert

Mit ihren **Flügeln** kann sie ihren Wirt erreichen, danach werden sie einfach abgeworfen

Mundwerkzeuge zum Stechen und Saugen

Beine mit Haken zum Festhalten

Die Hirschlausfliege befällt vor allem **Rehe, Hirsche und Damwild**, aber auch ...

... andere Säugetiere im Wald und in Waldnähe

Von **August bis Oktober** schlüpfen die Fliegen, machen sich auf die Suche nach einem Wirt. Sie krallen sich in den Haaren ihrer Opfer fest. Sie bleiben bis zu 13 Monate Gast ihres Wirts und vermehren sich in dieser Zeit

Die Hirschlausfliege ist **lebendgebärend**. Sie behält eine Larve so lange im Körper, bis sie verpuppungsreif ist. Dann wird die Larve geboren, fällt auf den Waldboden und verpuppt sich dort sofort. Erst im Herbst schlüpft die neue, geflügelte Generation von Hirschlausfliegen

(Quelle: www.bild.de/ratgeber/2015/ratgeber/...)

Im [Utopia.de-Ratgeber](#) steht zu diesem Thema: „Die Hirschlausfliege befällt gewöhnlich Waldtiere wie Rehe, Hirsche und Wildschweine. Aber auch Pferde, Hunde und nicht zuletzt Menschen können von ihr gebissen werden. Im Gegensatz zu einer Zecke greift sie ihre Opfer aus der Luft an. Sobald die Lausfliege gelandet ist, brechen ihre Flügel ab und sie krabbelt zu einer geeigneten Stelle, um Blut zu saugen. Sie bevorzugt dichtes

Haar und Fell. Deshalb landet sie bei Menschen meist im Nacken und wandert zur Kopfhaut.

Den Biss bemerkst du meist nicht sofort: Er ist schmerzfrei und kaum sichtbar auf der Haut. In der Folge kann der Speichel der Hirschlausfliege allerdings eine allergische Reaktion auslösen. Die Stelle schwillt an, gleicht einem Bluterguss und entzündet sich, wobei ein schmerzhafter Juckreiz entsteht. Vermutlich wird die Entzündung durch das Bakterium *Bartonella Schoenbuchensis* ausgelöst, welches knapp 90 Prozent der Fliegen in sich tragen. Die zentrale Kommission für biologische Sicherheit (ZKBS) stuft das Bakterium als einen Zoonose-Erreger ein und die Hirschlausfliege somit als dessen Überträger.“

Wie man sich bzw. sein Tier vor Stichen schützen kann wird im [Utopia.de-Ratgeber](#) auch beschrieben:

- Mittel gegen Bremsenbisse halten die Parasiten fern. Dafür kannst du spezielle Sprays nutzen, die entweder für Pferde, Hunde oder Menschen geeignet sind.
- Pferde, die auf Weiden und Waldrändern gehalten werden, sollten eine Pferdedecke tragen.
- Solltest du auf deiner Reit- oder Spazierroute Hirschlausfliegen entdecken, meide diese für mehrere Wochen. Der Schwarm bleibt an einer Stelle und kann somit effektiv umgangen werden.

Auf einer Webseite namens [Echo24.de](#) steht in einer „Warnung vor der Hirschlausfliege“, dass durch die *Bartonella*-Bakterien sogar im schlimmsten Fall zu Herzerkrankungen führen könnten.

Bei weiterem Suchen bin ich auf eine Seite von [Plantedia.de](#) mit dem Titel „Können Fliegen stechen oder beißen?“ gestoßen. Dort werden 10 Arten von stechenden Fliegen (6 Bremsenarten und 4 Lausfliegenarten, darunter auch die Hirschlausfliege) aufgelistet. Es gibt auch noch Antworten zu häufig gestellten Fragen. Diese Texte gebe ich hier unverändert wieder:

Wie gesundheitsschädlich ist der Stich einer Fliege?

Stiche von Stechfliegen, Bremsen oder Lausfliegen sind oft sehr schmerzhaft. Da sich die Insekten auch auf Weidetieren, tierischen Exkrementen und Aas aufhalten, kann ein Stich zu einer Infektion führen. Der Biss einer Hirschlausfliege kann bei Menschen Herzentzündungen hervorrufen. Entfernen Sie das Insekt und vernichten Sie es. Kühlen Sie die Einstichstelle. Bei starken Schmerzen, Rötungen und Schwellungen suchen Sie einen Arzt auf.

Gibt es Menschen, die allergisch auf Fliegenstiche reagieren?

Menschen mit einer Allergie gegen Bienen- oder Wespengift reagieren zum Teil auch bei den Stichen von Stechfliegen, Bremsen oder Lausfliegen allergisch. Bei starken Schwellungen, Ausschlag, Schüttelfrost, Fieber, Atemnot oder grippeähnlichen Symptomen rufen sie einen Arzt.

Wie kann man sich vor stechenden Fliegen schützen?

Bremsen, Lausfliegen und Wadenbeißer werden vom Schweiß des Menschen angezogen. Duschen Sie vor dem Waldspaziergang. In Bereichen, in denen viele Insekten vorkommen, bevorzugen Sie lange Kleidung. Schützen Sie Kleinkinder im Kinderwagen mit Insektennetzen. Verschließen Sie die Fenster mit Fliegenschutzgittern.

Können stechende Fliegen Borreliose übertragen?

Die Lyme-Borreliose wird durch das Bakterium *Borrelia burgdorferi* übertragen. Es gelangt meist bei einem Zeckenstich in den menschlichen Körper. Die Übertragung des Bakteriums durch stechende Fliegen kann nicht ausgeschlossen werden. Besonders die Pferdelausfliegen stehen im Verdacht, Borreliose zu übertragen. Bei Auftreten einer Wanderröte nach einem Stich gehen Sie sofort zum Arzt. *(Ende der Textauszüge)*

Dann sollte der Arzt die Wanderröte aber auch als solche erkennen. Das ist leider nicht immer der Fall, wie wir aus Berichten von Betroffenen wissen. Ich selbst habe leider auch vor vielen Jahren diese Erfahrung machen müssen. Etwas besser sollte aber der Kenntnisstand diesbezüglich geworden sein!

Pflanzen gegen Zecken

Beim Rumwühlen im Internet bin ich auf eine Seite gestoßen, wo 5 Pflanzen aufgelistet werden, welche Zecken vertreiben sollen (www.genialetricks.de/5-pflanzen-gegen-zecken ...). Die Informationen möchte ich hiermit gern als Textauszüge weitergeben:

... Mit dem Haller'schen Organ an ihren Vorderbeinen können Zecken Düfte erkennen und sich so einen geeigneten Wirt aussuchen. Einige Gerüche mögen die Spinnentiere allerdings überhaupt nicht. Durch ihren markanten Duft helfen dir die folgenden 5 Pflanzen dabei, Zecken aus deinem Garten zu vertreiben.

1. Katzenminze

Katzenminze ist bei Bienen und Schmetterlingen sehr beliebt, bei Zecken hingegen eher weniger. Die Pflanze ist sehr genügsam, freut sich aber über einen sonnigen Standort und durchlässige Erde. Während längerer Trockenperioden solltest du die Katzenminze, egal ob im Topf oder im Beet, regelmäßig gießen. Schneide die Pflanze im Frühjahr und nach der Blüte im Juli etwas zurück, damit sie erneut blühen kann.

2. Rosmarin

Rosmarin hat sich als ideale Pflanze gegen Zecken erwiesen. Denn das Ungeziefer kann den Geruch des mediterranen Krauts überhaupt nicht leiden. Du kannst Rosmarin sowohl im Beet als auch im Topf anpflanzen. Achte auf einen möglichst sonnigen Standort, gieße die Pflanze mäßig und vermeide Staunässe.

3. Echter Lavendel

Der Geruch von Lavendel vertreibt Spinnen, Wespen und auch Zecken aus deinem Garten. Für Hobbygärtner ist das ein Grund mehr, sich die Pflanze mit den hübschen Blüten in den Garten zu holen. Platziere den Lavendel an einem sonnigen und warmen Ort. Wenn es über einen längeren Zeitraum nicht regnet, solltest du die Pflanze regelmäßig gießen. Ein Dünger ist nicht erforderlich, aber ein regelmäßiger Rückschnitt, damit der Lavendel nicht verholzt.

4. Rainfarn

Diese Staude passt mit ihren gelben Blüten hervorragend in einen Bauerngarten. Allerdings enthält Rainfarn ein ätherisches Öl, welches hauptsächlich aus Thujon besteht. Der Verzehr dieses Gifts führt zu Erbrechen, Magen-Darm-Beschwerden, Herzrhythmusstörungen und im Extremfall sogar zum Tod. Durch das Gift wirkt die Pflanze aber auch effektiv gegen Zecken. Ansonsten handelt es sich beim Rainfarn um eine eher

anspruchslose Pflanze, die schnell wuchert. Schneide sie nach der Blüte im September deshalb kräftig zurück.

5. Dalmatinische Insektenblume

Durch ihre hübschen Blütenköpfe wirkt diese Pflanze ebenfalls effektiv gegen Zecken. Das Gift der Dalmatinischen Insektenblume gilt nämlich als altbewährtes Mittel, um Insekten und anderes Ungeziefer zu bekämpfen. Schon die alten Römer nutzten das Gift dieser Pflanze, um sich Läuse und Flöhe vom Leib zu halten. Die Insektenblume wird im Garten bis zu 60 cm groß und benötigt an einem sonnigen Standort kaum Pflege.

Es gibt übrigens noch weitere ätherische Öle und Gerüche, die Zecken nicht leiden können. Dazu zählen unter anderem Zitrone, Wacholder, Basilikum, Oregano, Myrrhe, Thymian und Majoran. Wenn du diese Gerüche, mit einem Basisöl (z.B. Kokos- oder Mandelöl) gemischt, auf die Haut aufträgst, kannst du dich ebenfalls vor Zecken schützen.“ *(Ende der Textauszüge)*

Ich finde, dass sind doch ganz nützliche Tipps, nicht nur für den Garten. Bis auf die Dalmatinische Insektenblume kenne ich auch die Pflanzen und habe sie schon im Garten. Diese werden wir uns aber auch noch zulegen. Kennt jemand diese Blume (siehe unten)?



Dalmatinische Insektenblume

(Foto: <https://duckduckgo.com/...> (Bildersuche))

Allen Lesern unseres Newsletters wünsche ich, im Namen des Vorstands eine schöne Zeit (auch im Garten), weiterhin bestmögliche Gesundheit und - falls nötig - gute Besserung!

Herzliche Grüße

Erik Stein (im Auftrag des Vorstandes)

IMPRESSUM

Vorstand des Netzwerkes Selbsthilfe Sachsen, Borreliose, FSME und bakterielle Erkrankungen e.V.

Tel./Fax: 03724-855355

mail: borreliose-coinfektion@gmx.de

web: www.borreliose-sachsen.net