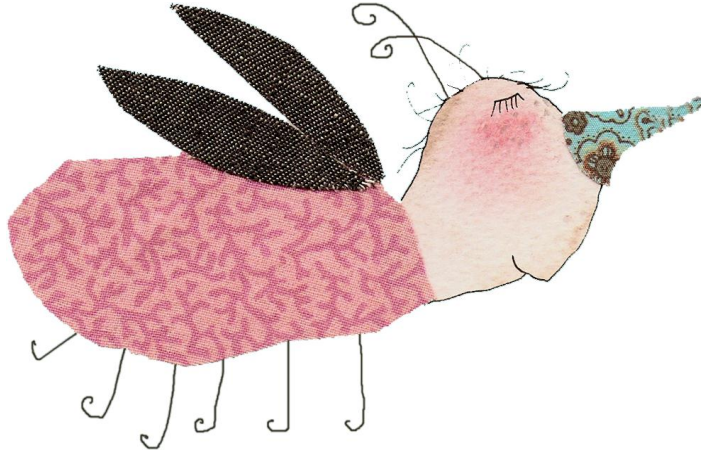


Sommerzeit - Insektenzeit



Gerade im Sommer können sich manche Insekten für uns zu Plagegeistern entwickeln. Heute möchte ich Ihnen einige Tipps geben, wie Sie trotz Insektenstichen den Sommer und Ihren Urlaub genießen können.

Bienen-, Wespen- oder Hornissenstich

Bienen mögen Süßes, Wespen fressen auch gerne Herzhaftes. Sie stechen nur, wenn sie sich bedroht fühlen.

Maßnahmen beim Stich:

- Beim Bienenstich den Stachel entfernen
- Insektenvakuumpumpe schnellstmöglich benutzen
Mit dieser kleinen Pumpe ist es möglich, schmerzfrei das Insektengift zu entfernen. Je zeitnaher sie Anwendung findet, umso geringer ist die Schwellung und der Schmerz.
Sie können die Insektenvakuumpumpe für ca. 5 € in Apotheken, bei Globetrotter oder über einen Internetanbieter beziehen.
- Einstichstelle kühlen
- Aufgeschnittenen Zwiebelhälfte auflegen
- Apis D6, 3 Globuli lutschen

Gift nicht aussaugen! Es gelangt ansonsten über die Mundschleimhaut direkt in unsere Blutbahn.

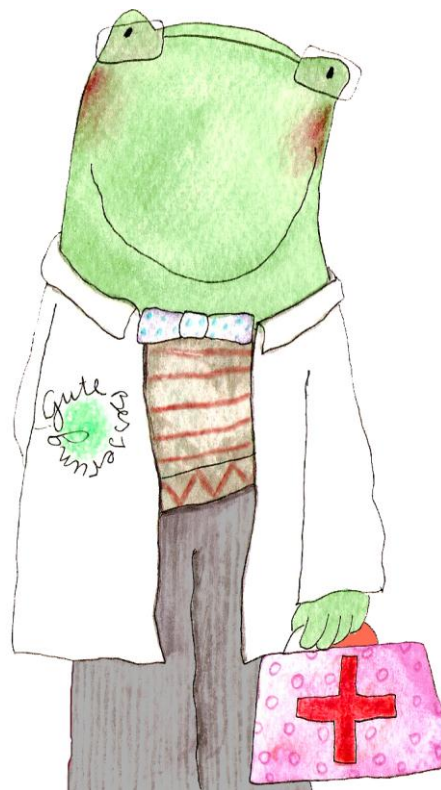
Maßnahmen beim Stich in den Hals oder Verschlucken einer z.B. Biene:

- wenn möglich: Stachel vorsichtig herausziehen, ohne ihn zu quetschen, damit kein weiteres Gift in den Kreislauf gelangt.
- **112**, da nicht klar ist, wie stark die Schwellung innerlich, bzw. wie stark der Druck durch die Schwellung auf die Luftröhre wird.
- **Kühlen**, äußerlich und innerlich:
Eiswürfel oder Eis lutschen, kalte Getränke

Säuglinge und Kleinkinder:

Im Vorwege: Schnuller mit Wasser gefüllt nach dem Auskochen (es verbleibt Wasser im Sauger) **einfrieren**. Dadurch kann er b.B. zu Hause, in der Kita....., überall wo ein Tiefkühlfach vorhanden ist, vorsichtshalber aufbewahrt werden. Durch das Saugen am gefrorenen Schnuller lässt sich die Schwellung vermindern und gleichzeitig gibt es etwas zur Beruhigung bei dieser schmerzhaften Erfahrung.

Care: bei Kindern immer sofort 112 anrufen!



Mücken

Für die Vögel sind sie Leckerbissen, für uns meist Plagegeister. Am Aktivsten sind sie in den Dämmerungsstunden.

Schutz bieten folgende Maßnahmen:

- **Einreibung** mit verschiedenen Insektenschutzmitteln. Es gibt gute Mittel auf der Basis von ätherischen Ölen. Lassen Sie sich im Fachgeschäft / Bioladen / Reformhaus dazu beraten. Denn je nach Landstrich gibt es unterschiedliche Mückenarten und somit auch unterschiedlich wirksame Mittel. Hierzulande ist Zedan recht bekannt.

Auch ist es wichtig, welches Mittel für Kinder geeignet ist, z.B. darf Autan nicht bei Kleinkindern verwendet werden.

- Körper durch **entsprechende, helle Kleidung** schützen
- **Salbei** beim Grillen, im offenen Feuer verbrennen. Mücken mögen diesen intensiven Geruch nicht.

Maßnahmen beim Stich:

- **kühlen**
- **Efeublättertinktur** auftragen

Rezept:

Je 1/3: glatte Petersilie, Wegerichblätter, Wegerichwurzel, Efeublätter, klein schneiden und zusammenpressen. Das Ganze in ein Schraubglas füllen und mit der doppelten Menge klarem Alkohol auffüllen (=1/3 Pflanzenteile zu 1/3 Alkohol) Alle Pflanzenteile müssen bedeckt sein, ggf. mit einem Stein beschweren. 2 - 3 Monate lang das geschlossene Glas an einen hellen Ort stellen. Danach abseihen und in ein dunkles Glas füllen.

Ist für Insektenstiche jeglicher Art geeignet. Lindert den Juckreiz und den Schmerz.

Weitere Informationen, auch z.B. zum Thema **anaphylaktischer Schock** aufgrund von Insektengift oder Allergien gegen andere Stoffe, können Sie in meinen **Kursen** zum Thema:

„Hausapotheke für Kinder - mit natürlichen Mitteln unterstützen und schützen“ erfahren

Kurs 1: Freitag, 19.10.2012, 10.00 Uhr - 12.30 Uhr, Kosten 15,00 €

Weitere Termine:

Aufgrund der positiven Rückmeldung zum letzten Kurs, habe ich das Kursangebot zum folgenden Thema erweitert:

Wie kommen die Vitamine in das Kind?



Kursangebot für 3 Abende von 19.00 Uhr - 21.30 Uhr
Kosten insg.: 60,00 €

26.09.2012

Wie entwickelt sich der kindliche Geschmack - welche Weichen stellen wir durch das Essen für eine gesunde Zukunft unserer Kinder?

Ich biete Ihnen dazu fundiertes Fachwissen und eigene praktische Erfahrungen an. Wir werden als Beispiel kindgerechte Obst- und Gemüsesmoothies frisch zubereiten und verkosten.

17.10.2012

Zucker in vielen Gewändern

Ist Zucker wirklich so ungesund? Welche Alternativen gibt es? Nach einem theoretischen Teil werden wir die Alternativen probieren und süßen Nachtisch damit zubereiten.

24.10.2012

Nahrungsmittelunverträglichkeiten und Allergien

Welche Arten gibt es und wie können Sie entstehen? Können wir durch die Ernährung Einfluss nehmen?

Als praktische Beispiele werden wir andere Möglichkeiten zu Kuhmilch und Ei probieren.