

Vorbeugung gegen Zeckenbisse

- Tragen von geschlossenen, eng anliegenden Kleidung.
Vor allem an den Beinen (Hose in Socken)
- Feuchte Gebiete mit hohen Gräsern meiden
- Unterholz vermeiden
- kann aber auch jederzeit zuhause oder im Stadtpark passieren
- nach Aufenthalt im Freien den Körper gut absuchen
da Zecken erst noch krabbeln um an „weiche“ Stellen des Körpers zu kommen. (Kniekehle, Achseln, Nacken, Leisten gegend, Po)
- im Idealfall Duschen - hilft nicht immer
- vorm Aufenthalt im Grünen mit Zecken/Insektenabweisenden Mittel einsprühen.

Natürliches Mittel: - Schwarzkümmelöl einreiben oder aber auch Essen

- selbst gemacht: 50 ml Alkohol
(Versuch!!!)
 - 30 Tropf. Eukalyptus
 - 40 Tropf. Nelke
 - 20 Tropf. Pfefferminze
 - 20 Tropf. Zitrone } ätherische Öle
- ≈ 2 ml Schwarzkümmelöl
- rest mit Wasser auf 100ml auffüllen

- Gesundes Körper Milieu
- Gesunde Einstellung (Kraft des positiven Denkens)