

Apotheker Dr. Robert Schmidt rät

Im Grünen an Zeckenschutz denken

Nach dem sehr milden Winter kommen nun die Insekten und Spinnentiere in großer Zahl aus ihren Verstecken. Zu den Spinnentieren gehören auch die Zecken, auch Holzbock genannt. Diese warten auf Büschen, Sträuchern und Gräsern auf einen Wirt, dieser kann Mensch oder Tier sein.



Die meisten Zeckenbisse beim Menschen ereignen sich in der Freizeit. Für seinen Angriff sucht sich das Tier auf seinem Opfer sehr dünnhäutige Stellen an Armen, Beinen und im Schritt für seinen Angriff aus.

Die Zecken übertragen in unserer Region zwei Krankheiten, die virale Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME) und die bakterielle Borreliose. Die FSME-Viren werden sofort beim Biss mit dem Speichel übertragen. Gegen sie kann man sich impfen lassen. Es sind drei Dosen erforderlich, um einen Schutz für mehrere Jahre zu haben. Für Kinder gibt es spezielle Impfstoffe. Kommt es bei Ungeimpften zu einer FSME-Erkrankung, kann der Arzt nur noch die Symptome lindern.

Die Bakterien der Borreliose befinden sich im Darm der Zecke und werden erst nach Stunden an das Opfer abgegeben. Das Auftreten einer Rötung um die Bissstelle (Wanderröte) ist ein sichtbares Zeichen für eine Borreliose. Diese Rötung erscheint aber nicht immer, des-

halb bei Verdacht rechtzeitig zum Arzt gehen! Dieser wird mit Antibiotika die eingedrungenen Bakterien bekämpfen.

Vorbeugen ist wichtig! Deshalb beim Gang ins Grüne lange Kleidung und (möglichst) eine Kopfbedeckung tragen. Auf heller Kleidung erkennt man das Tier besser als auf dunkler. In der Apotheke gibt es Insektenabwehrmittel, die auf unbedeckte Hautpartien aufgetragen werden sollten, um das Risiko eines Stiches zu verringern.

Entdecken Sie eine Zecke auf Ihrem Körper, dann entfernen Sie diese sofort vorsichtig. Mit einer spitzen Pinzette oder einer Zeckenzange dicht über der Haut ansetzen und das Tier herausziehen. Ein Drehen nach links oder rechts ist nicht erforderlich, eine Desinfektion der Einstichstelle hingegen angebracht.

Ich wünsche Ihnen schöne Tage in der Natur!

| | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------|-------------------------------|----------------|-----------------------|-----------------------------|--------------------------|---------------------------------|------------------------------|--------------------------|-------------|--|-----------|-----------------------------------|
| Braunkohlstadt in Niedersachsen | Stadt im Krs. Hildesheim | Matrose am Log | ital. Ton-silbe | Förderer | nieder-deutsch: Schwanz | mit Zucker überzogene Süßigkeit | englische Schul-stadt | Be-wohner eines Erdteils | Volks-kunde | dt. Bundes-präsident (Johannes) t 2006 | ent-nervt | Stadt-teil v. Hagen/Westf. |
| Ski-lang-lauf-spur | | | | | dicht. für Pferd | | | Unge-ziefer | | | | Teil des westl. We-serber-glandes |
| Abk.: zoolo-gischer Garten | | | Funktions-träger | | | | Stadt in der Eifel | Färbert-bottich | | | | |
| | | | | | fließen-de Elektri-zität | | seem.: ver-kehrt, ver-dreht | | | Abk.: Regie-rung | | |
| unge-kronter Herrscher | Post-schnell-sendung | | Wissen und Er-fahrung | Regie-rung v. Berlin | | | | Produkt aus Soja-bohnen | | nord. Frauen-name | | Stutzer, Mode-narr |
| Ehren-staffel b. Staats-besuchen | | | | | | | Verhalten, Be-nahmen | lustlos und ohne Schwung | | | | |
| | | | | Sicher-heit Leis-tender | | auf-schnei-derische Reden | | | | Abk.: Opera-tions-code | | Zeichen für Helium |
| Hohl-maß | Zugma-schine a. Schie-nen/Kw. | | obere Erd-schicht | | | | frühere Abgabe an die Kirche | | | Entdeck. des Tu-berkel-bazillus | | |
| zuge-teilte Aufgabe, Arbeit | | | | | | Getreide-reiniger | Ober-bett | | | | | |
| Biersorte aus Düsseldorf | | | | Abk. für einen Spreng-stoff | | abge-schmackt | | best. Artikel (4. Fall) | | | | |
| ent-gegen-gesetzt | | | | | | | | Abk.: Hilfs-dienst | | | | |
| | | | | | | bereit-willig | | | | | | |
| Haupt-stadt Chinas | Schiffs-balken | | | | | | Zeichen für Thoron | | | | | |

AUFLÖSUNG DES LETZTEN RÄTSELS

| | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| J | A | B | A | E | K | I | N | L | | | | |
| O | B | E | R | A | E | A | G | I | E | R | E | N |
| A | M | E | N | K | N | E | R | E | R | E | R | E |
| B | T | B | E | T | E | A | K | E | Z | E | R | E |
| G | R | E | N | N | L | E | D | E | R | E | R | E |
| R | E | G | E | R | U | K | E | R | A | N | T | E |
| R | E | T | B | E | N | A | H | E | L | E | S | A |
| A | B | R | E | B | E | L | S | C | H | O | T | E |
| E | H | R | E | A | G | G | E | R | H | O | R | E |
| K | A | N | F | E | L | K | E | N | I | A | D | E |
| K | E | N | G | E | L | T | W | E | I | D | E | R |

www.kanzlit.de 123 Krokodilstraene (1-15)

| | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|

Einsendeschluss ist jeweils der 15. des Erscheinungsmonats.
Das Lösungswort zum Gewinnen wertvoller Buchpreise bitte einsenden an: SoVD-Bundesgeschäftsstelle, Stralauer Straße 63, 10179 Berlin, oder per E-Mail an: kreuzwortraetsel@sovd.de. Bitte vergessen Sie nicht, Ihre Adresse anzugeben!

Die Gewinner / -innen vom April

Kreuzworträtsel

Gisela Ortmüller, 35075 Gladenbach; Ulrich Mietzner, 17291 Prenzlau; Bernhard Wessendorf, 49186 Bad Iburg.

Rolandsuche

Ulrich Sdroyek, 45549 Sprockhövel; Heinz Schramm, 38889 Blankenburg; Frieda Voss, 52249 Eschweiler; Joachim Blank, 37154 Northeim; Heidi Robakowski, 49176 Hilter.

Die Bären sind los: Die Suche nach Roland geht weiter

Ich habe mich auf drei Fotos dieser Ausgabe versteckt. Teilen Sie uns die Seiten per Postkarte/Fax mit und gewinnen Sie einen von fünf Kuschelbären. **Postanschrift: SoVD-Bundesgeschäftsstelle, Stralauer Straße 63, 10179 Berlin, Fax 0 30/72 62 22 - 145, E-Mail: rolandsuche@sovd.de**

Sudoku

Gustav Tallen, 49828 Neuenhaus; Karin Keller, 16540 Hohen Neuendorf; Peter Schultka, 24782 Büdelsdorf.

Die Namen der Gewinner / -innen werden in der SoVD-Zeitung und im Internet veröffentlicht.

Das SoVD-Sudoku

Variante: LEICHT

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 8 | ○ | | | | | 9 | 1 | 3 |
| | | | 9 | | 1 | | | |
| 1 | | | | 6 | 7 | | | 4 |
| 6 | 1 | 4 | | ○ | | | | 3 |
| 7 | | 3 | | 2 | | 4 | | 9 |
| | 2 | | | | | 1 | 6 | 8 |
| | 6 | | 8 | 1 | | | ○ | 5 |
| | | | 7 | | 4 | | | |
| 9 | 5 | 1 | | | | | | 4 |

Auflösung des Vormonats

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 8 | 9 | 6 | 1 | 3 | 7 | 2 | 5 | 4 |
| 7 | 4 | 1 | 2 | 5 | 6 | 9 | 8 | 3 |
| 3 | 5 | 2 | 8 | 9 | 4 | 7 | 6 | 1 |
| 5 | 8 | 3 | 7 | 6 | 9 | 1 | 4 | 2 |
| 1 | 7 | 4 | 5 | 8 | 2 | 6 | 3 | 9 |
| 6 | 2 | 9 | 3 | 4 | 1 | 5 | 7 | 8 |
| 4 | 6 | 5 | 9 | 2 | 3 | 8 | 1 | 7 |
| 9 | 1 | 8 | 4 | 7 | 5 | 3 | 2 | 6 |
| 2 | 3 | 7 | 6 | 1 | 8 | 4 | 9 | 5 |

Die beiden Diagramme sind mit den Zahlen 1 bis 9 aufzufüllen.

Dabei darf jede Zahl in jeder Zeile und in jeder Spalte und in jedem 3x3-Feld nur einmal vorkommen.

Variante: MITTEL

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 7 | 8 | | | | | 4 | 1 | |
| 9 | | | 5 | | 7 | | | ○ |
| 2 | 6 | | | | | 5 | | |
| 5 | | | 9 | | | 3 | | |
| | | ○ | 6 | 3 | 8 | | | |
| | | 8 | | | 2 | | | 1 |
| | | 4 | | | | | 9 | 5 |
| | | | 1 | ○ | 6 | | | 7 |
| | 1 | 7 | | | | | 4 | 6 |

Auflösung des Vormonats

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 8 | 3 | 2 | 7 | 6 | 4 | 9 | 5 |
| 9 | 5 | 6 | 8 | 4 | 3 | 2 | 1 | 7 |
| 2 | 4 | 7 | 5 | 9 | 1 | 3 | 8 | 6 |
| 6 | 3 | 9 | 7 | 2 | 5 | 8 | 4 | 1 |
| 4 | 1 | 5 | 6 | 3 | 8 | 7 | 2 | 9 |
| 7 | 2 | 8 | 4 | 1 | 9 | 5 | 6 | 3 |
| 5 | 9 | 2 | 3 | 6 | 4 | 1 | 7 | 8 |
| 3 | 7 | 1 | 9 | 8 | 2 | 6 | 5 | 4 |
| 8 | 6 | 4 | 1 | 5 | 7 | 9 | 3 | 2 |

Um eines von 3 Büchern zu gewinnen, senden Sie eine Postkarte mit den gesuchten, eingekreisten Zahlen (in der Reihenfolge von oben nach unten) an: SoVD-Bundesgeschäftsstelle, Stralauer Straße 63, 10179 Berlin, oder per E-Mail an: redaktion@sovd.de. Bitte vergessen Sie nicht, Ihre Adresse anzugeben! Einsendeschluss ist jeweils der 15. des Erscheinungsmonats.

Bei Sonnenbrand die Haut schonen und kühlen

Nach einem Sonnenbrand sollte die Haut mit einem Gel gekühlt und mit einer Feuchtigkeitscreme eingerieben werden. Bei leichten Fällen reichen es aus, die Haut mit feuchten Umschlägen zu kühlen, sagt Gertraud Kremer vom Berufsverband Deutscher Dermatologen (BVDD). Auch Hausmittel wie Quarkumschläge oder Gurkenscheiben helfen. Allerdings seien professionelle „After-Sun-Produkte“ vorzuziehen, denn sie reparieren die in Mitleidenschaft gezogene Zellstruktur der Haut. Bei schweren Verbrennungen, die sich in Blasenbildung oder nässenden Stellen zeigen, sollte allerdings der Arzt aufgesucht werden. „Wichtig ist, sich langsam an die Sonne zu gewöhnen“, rät Kremer. Besonders häufig zeige sich ein Sonnenbrand am Nacken und an den Ohren: „Da wird immer vergessen, sich einzucremen.“ Nach einem Sonnenbrand sollten die betroffenen Hautpartien zwei bis drei Tage geschont werden, also gar nicht der Sonne ausgesetzt werden. „Die neue Haut ist erst einmal ohne Schutz“, sagt Kremer. Er müsse erst wieder aufgebaut werden. *dpa*

Die Frage des Monats Mai

Geheime Online-Durchsuchungen von Computern, Speicherung von Telefonaten – Bundesinnenminister Wolfgang Schäuble will schärfere Sicherheitsmaßnahmen durchsetzen. Kritiker dagegen warnen vor einem „Überwachungsstaat“. Rechtfertigt Ihrer Meinung nach der Schutz vor Terroranschlägen die Einschränkung von Grundrechten?

Besuchen Sie zum Abstimmen unsere Homepage (www.sovd.de). Dort haben Sie seit kurzem auch die Möglichkeit, eine eigene Antwort zu formulieren bzw. Ihre abgegebene Meinung zu ergänzen. Von dieser Option haben bereits einige SoVD-Mitglieder Gebrauch gemacht (siehe Bericht auf Seite 6). Die Redaktion wertet alle eingehenden Antworten aus und bemüht sich, diese – ggf. gekürzt – in ihre Berichterstattung einfließen zu lassen. Ein Anspruch auf Veröffentlichung im Internet oder in der SoVD-Zeitung besteht jedoch nicht.

Für Anzeigen oder Werbebeilagen ist diese Zeitung lediglich Werbeträger. Eine Empfehlung des SoVD für die vorgestellten Produkte ist damit nicht verbunden (Ausnahme: Eigenanzeigen des SoVD).

Internet: <http://www.sozialverband.de>: Geschichte des Sozialverband Deutschland / Sozialpolitik / Verbands-Dienstleistungen / Pressemeldungen / Wie werde ich Mitglied? E-Mail: contact@sovd.de

Impressum

Die SoVD-Zeitung des Sozialverband Deutschland (SoVD) erscheint am 1. eines jeden Monats. Herausgeber: Bundesvorstand des Sozialverband Deutschland e. V. – ehemals Reichsbund, gegründet 1917 – Sitz: Berlin. – Redaktion: Matthias Sommer (verantwortlich), Dr. Simone Real, Joachim Baars; Grafik/Bildbearbeitung: Steffi Rose; Redaktionsassistentin: Roswitha Moldenhauer. Sitz: Stralauer Str. 63, 10179 Berlin (Berlin-Mitte, Rolandufer/Jannowitzbrücke), Tel.: 030/72 62 22-0, Fax: 030/72 62 22-145. Internet-Adresse: www.sovd.de. – E-Mail: redaktion@sovd.de. Die mit vollem Namen oder Verfasserzeichen veröffentlichten Artikel stellen nicht unbedingt die Meinung der Redaktion dar. Unverlangt eingesandte Manuskripte werden nicht zurückgesandt. Verlag: Publikom Z Verlagsgesellschaft mbH, Frankfurter Str. 168, 34121 Kassel. – Anzeigenverwaltung: U. Struckmeyer, Postfach 1266, 27723 Worpswede, Tel.: 0 47 92/22 16, Fax: 0 47 92/35 30. Zurzeit gilt der Tarif Nr. 30 vom 1. 1. 2006. – Druck und Vertrieb: Zeitungsdruck Dierichs GmbH & Co KG, Frankfurter Straße 168, 34121 Kassel – Der Bezugspreis wird im Rahmen des Verbandsbeitrages erhoben. Verbreitete Auflage, IVW, 1. Quartal 2007: 398 568 Exemplare

