



Christina  
Pirchmoser-Putzer B.rer. nat  
Geschäftsführung Gxund,  
Biologin & Köchin

## Natürliche Hausmittel gegen Zecken & Co

Mit den wärmeren Temperaturen geht auch die Saison von Zecken, Steckmücken und Co. wieder los. Um sich vor diesen auf natürliche Weise zu schützen gibt es einige ganz effektive Methoden:

**Kokosöl:** die darin enthaltene Laurinsäure hat in klinischen Studien gezeigt, dass Zecken extrem stark darauf reagieren, sprich sie meiden behandelte Körperstellen. Die Anwendung ist denkbar einfach: einfach sämtliche Körperpartien (vor allem Beine und Arme) mit dem Kokosöl einreiben.

Bei Zimmertemperatur lässt es sich auch sehr gut verstreichen.

Ein zweiter Tipp wäre **Schwarzkümmelöl:** entweder einnehmen oder auch auf die Haut schmieren – bei der Einnahme hat man zusätzlich noch den Vorteil, dass die positiven Eigenschaften des Öls dem Körper zugutekommen.

So hilft Schwarzkümmelöl bei Allergien und Beschwerden mit der Haut. Auch für Hunde eignet sich Schwarzkümmelöl als Parasitenprophylaxe sehr gut. Bitte nicht bei Katzen anwenden.

Ich wünsche euch einen netten Start in den Frühling – hoffentlich zeckenfrei!

Gxund  
Speckbacherstraße 26  
St. Johann i. T.,  
Tel. 05352 20750,  
Rosenegg 59, 6391 Fieberbrunn  
Tel. 05354 52292 12,  
Untere Gänsbachgasse 3  
Kitzbühel, Tel. 05356 20429,  
Saalfelden, Mühlbachweg 8  
Tel.: 06582 740 420  
[www.gxund.at](http://www.gxund.at)