

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung

Herausgeber: Pro Senectute Schweiz

Band: 98 (2020)

Heft: 6-7

Rubrik: Ratgeber

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 13.12.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Ein wirklich gefährlicher Parasit

Im Mittelmeerraum können sich Hunde mit Krankheiten anstecken, die bei uns noch nicht vorkommen. Eine davon ist die Leishmaniose, die durch Sandmücken übertragen wird.



Sandmücken, auch Schmetterlingsmücken genannt, sind vor allem im Mittelmeergebiet, in Afrika und dem Mittleren Osten verbreitet. Wegen der Klimaerwärmung wird sich das Endemiegebiet jedoch verändern. So wurden im Tessin bereits Sandmücken nachgewiesen. Sandmücken sind dämmerungs- und nachtaktiv und das in der Regel von April bis November.

Leishmanien sind Parasiten, die durch die blutsaugenden Sandmücken übertragen werden. Der Hund ist ihr Hauptwirt, Katzen werden sehr selten infiziert. Auch andere Säugetiere können befallen werden, ebenso der Mensch. Für die Übertragung braucht es aber immer eine Sandmücke. Eine direkte Übertragung vom Hund auf den Menschen oder von Hund zu Hund wurde bislang nicht bestätigt.

Durch den Stich der blutsaugenden Sandmücken dringt der Parasit in die Blutbahn ein und befällt Abwehrzellen in der Haut. Die befallenen Zellen verteilen sich über das Lymphsystem und das Blut, sodass die Parasiten nach einiger Zeit in der Haut, Lymphknoten, Milz, Leber und Knochenmark sowie anderen Organen zu finden sind. In einem Endemiegebiet können bis zu 50 Prozent der Hundepopulation infiziert sein. Mehr als die Hälfte der infizierten Tiere erkranken jedoch nicht und bilden ein Parasitenreservoir. Die Zeit von der Ansteckung bis zum Ausbruch der Krankheit beträgt von ein bis drei Monaten bis zu

einigen Jahren. Ob Hunde erkranken oder gesund bleiben, hängt vom Immunsystem ab.

Die Krankheitsanzeichen können sehr unterschiedlich sein und erst viele Jahre nach der Reise auftreten. Deshalb ist es manchmal schwierig, die Krankheit zu diagnostizieren. Zu den Symptomen zählen unter anderem: schuppige Hautveränderungen, Haarausfall um die Augen, Krusten an den Ohrrändern, übermässiges Krallenwachstum, übermässige Verhornung der Nase oder Ballen, Müdigkeit, geschwollene Lymphknoten, Abmagerung, Fieber und Nierenversagen.

Falls ein Hund in einem Risikogebiet war und Symptome zeigt, ist der Verdacht auf eine Leishmaniose-Erkrankung gegeben. Mittels einer Blutuntersuchung können Antikörper gegen Leishmanien nachgewiesen werden. Ein Antikörpernachweis ist ungefähr sechs bis acht Wochen nach einer Infektion möglich. Ein direkter Erregernachweis kann durch eine Gewebeprobe aus den Lymphknoten, der Milz oder dem Knochenmark erfolgen.

Eine Leishmaniose-Infektion kann zu einer schweren, chronischen Erkrankung führen und tödlich sein. Erkrankte positiv getestete Hunde sollten deshalb unbedingt mit Medikamenten behandelt werden. Eine Besserung der Symptome tritt meistens innerhalb von wenigen Wochen ein. Medikamente können jedoch den Parasiten nicht bekämpfen. Die Hunde bleiben zeitlebens infiziert. Nur die Symptome können behandelt wer-

den. Vierbeiner, die keine Krankheitsanzeichen haben, müssen keine Medikamente einnehmen, sollten jedoch gut überwacht werden. Die Prognose ist gut, solange die Nieren nicht betroffen sind. Die Ernährung sollte auf ein proteinarmes und bei einer medikamentösen Therapie zusätzlich auf ein purinarmes Futter umgestellt werden.

Der sicherste Schutz ist, die Hunde nicht in ein Risikogebiet mitzunehmen. Falls dies nicht möglich ist, sollten die Tiere vor Mückenstichen geschützt werden. Dafür gibt es Halsbänder oder Spot-on-Präparate, die auf die Haut aufgetragen werden. Das Halsband sollte eine Woche und die Spot-on-Präparate 48 Stunden vor der Reise angewendet werden. Die Vierbeiner sollten bei Anbruch der Dämmerung und in der Nacht im Haus gehalten werden. Ein Mückenschutz bei Fenstern und Türen sowie ein Mückenstecker verhindern, dass die Mücken ins Haus gelangen. Seit einiger Zeit ist zudem eine Impfung auf dem Markt, welche das Risiko einer Infektion 3,5- bis 4-fach verringert. Die Impfung muss drei Mal im Abstand von drei Wochen wiederholt werden und jährlich nachgeimpft werden. *



● **Mirjam Kündig**
ist Tierärztin in Küsnacht,
Telefon 044 912 04 04
tierarztpraxiskuesnacht.ch

Blüten auf den Teller

Jetzt blüht es in Beeten und Blumentöpfen wieder. Knapsen Sie doch mal ein paar Blüten ab und verfeinern Sie damit Suppen, Salate und Desserts.

Wie wunderbar Blumenblüten schmecken, habe ich vor Jahren an einem Kurs in Bern entdeckt. Damals kostete ich unter anderem mit Ziegenfrischkäse gefüllte Kapuzinerkresse-Blüten und – bis heute mein absoluter Favorit – einen Kaktusdahlien-Salat. Seither habe ich einen vielfältigen Strauss an Aromen und auch Zubereitungsarten von Blüten ausprobiert. Nachfolgend ein paar Tipps zu Reinigung – nur ungespritzte Blüten verwenden! –, Aufbewahrung und Verwendung:

Wie reinigen?

- Gänseblümchen, Nelken und Gewürzblüten lassen sich waschen, ohne Schaden zu nehmen.
- Eis-Begonien, Fuchsien, Malven oder Stockrosen und Kapuzinerkresse mögen keine Nässe. Erde lässt sich mit einem weichen Pinsel von den Blütenblättern wischen.
- Borretsch und die meisten anderen Blüten von besonders hochwachsenden Blumen reinigen sich selber – sie brauchen nur etwas Regen. Bleibt's länger trocken: Pinsel verwenden.

Wie aufbewahren?

- Wer Blüten nicht nach dem Pflücken verwendet, legt sie in einer Tupperwarebox auf ein leicht feuchtes Küchencrépe-Papier und stellt sie in den Kühlschrank. Die meisten halten so vier Tage. Borretsch und Kapuzinerkresse sogar eine Woche.
- Kosmen und Taglilien können ganz eingefroren und wieder aufgetaut werden. Die meisten anderen Blüten nicht. Sie werden nach dem Auftauen durchsichtig und glibberig.

Was zubereiten?

- Blütenbutter: Ringelblume, Gänseblümchen und Malven hacken und mit etwas geriebener Bio-Zitronenschale in die weiche Butter arbeiten, Rolle formen, in Plastikfolie verpacken und ein paar Tage kühlen, damit sich das Aroma gut entfaltet.
- Gefüllte Blüten: Löwenmäulchen und Taglilien schmecken mit süßer Crème fraîche oder Glace, Kapuzinerkresse mit Ziegenfrischkäse. Blüten sorgfältig mit Spritzsack füllen.



➤ Blütsalat: Fuchsien harmonieren mit Paprika und Gurke, gehackte Agastachen aromatisieren den Eisbergsalat und die Kaktusdahlie kann mit etwas Öl, Essig, Sojasauce, Salz, Pfeffer und Bouillon solo serviert werden.

➤ Blütenuppe: Bouillon mit einer mehligen Kartoffel, Zwiebel und Knoblauch 20 Minuten köcheln, Kapuzinerkresse-Blüten ganz beigeben, 5 Minuten weiter köcheln, pürieren, mit Sauerrahm abschmecken.

➤ Blüten-Eiswürfel: Borretsch, Gänseblümchen, Pelargonien und Minze verleihen in Eiswürfeln gefroren jedem Drink eine spezielle Note: Behälter halb mit Wasser füllen, Blüten in die Mitte platzieren, im Tiefkühler zirka zwei Stunden anfrieren, mit Wasser auffüllen. Fertig frieren.

➤ Schokoblüten: Frische oder getrocknete Agastachen, Pelargonien, Minze- oder Rosenblüten in Schokoladencouvertüre tunken. Trocknen lassen.

Buchtipps und Kurse:

- «50 Blütenporträts und 60 Rezepte: Blütenküche», Erica Bänziger, Ruth Bossardt, Fona Verlag, 2015, ca. Fr. 25.90
- Kurse bieten blueten-bern.ch, diverse Gartencenter und auch bioterra.ch/kurse an.

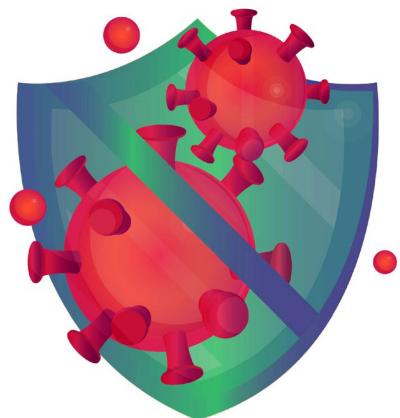


Christine Kunovits

ist Leiterin Redaktion und Verlag von «Bioterra». Vermutlich auch, weil selbst gezogene Cherrytomaten vor bald 30 Jahren ihre Liebe zum Gärtnern erweckt haben.

Was sind eigentlich Corona-Betrügereien?

Kriminelle nutzen die aktuelle Pandemie-Notlage für Beträgereien und Erpressungen. Skepsis ist angebracht bei SMS und Mails von unbekannten Absendern und «offiziellen» Stellen.



Verschwende nie eine gute Krise», soll Winston Churchill einmal gesagt haben. Dieses Motto hat sich auch das organisierte Verbrechen zu Herzen genommen. «Covid nostra», in Anspielung auf die italo-amerikanische Bezeichnung «cosa nostra» der Mafia, titelte jüngst das Nachrichtenmagazin «The Economist» und listete eine ganze Reihe von Aktivitäten der globalen Verbrecher auf. Der bis dato grösste und dreisteste Beträugsversuch hat auch eine Schweizer Firma in Zürich in Mitleidenschaft gezogen.

Bestellt wurden Atemschutzmasken im Wert von 15 Millionen Euro. Die 10 Millionen Masken sollten an das deutsche Bundesland Nordrhein-Westfalen geliefert werden. 52 Lastwagen standen schon in den Niederlanden bereit, um die Ware abzuholen. Doch die Masken gab es überhaupt nicht. Laut den Ermittlern hatten die Täter die Identität einer ausländischen Firma gekapert und geklont. Die Käufer hatten bereits 2,4 Millionen Euro als Anzahlung geleistet. Zwei Millionen Euro konnten blockiert werden, davon waren schon 500 000 Euro auf dem Weg nach Nigeria.

Not macht bekanntlich erfindersch, und das trifft besonders auf das organisierte Verbrechen zu. Jede Krise bietet einen Ansatzpunkt für illegale Machenschaften und Erpressungsversuche. Die aktuelle Betrugswelle zielt auf die Unsicherheit in Zusammenhang

mit der Pandemie-Bedrohung. Da werden Wundermittel gegen das Virus verkauft, non-existent Desinfektionsmittel oder eben Schutzmasken. Google vermeldete im April, dass nebst den 240 Millionen Spam-Mails, die täglich herausgefiltert werden, 18 Millionen weitere Mails mit Phishing- oder Malware-Inhalten abgefangen wurden. Dabei handelte es sich vielfach nicht um eine neue Form von Angriffen, sondern bekannte Tricks wurden auf Corona getrimmt.

So macht seit Beginn der Pandemie eine Karte die Runde, die aufzeigen soll, wo sich das Virus verbreitet hat. Wer den Link anklickt, um die interaktive Weltkarte anzuschauen, lädt sich im Hintergrund Schadsoftware (Malware) auf den Computer. Auch beliebt sind Mails mit dem vermeintlichen Absender der Weltgesundheitsorganisation WHO, des Bundesamts für Gesundheit BAG oder irgendwelcher Forschungsinstitute. Solche E-Mails muss man unbesehen löschen, schreiben doch weder die WHO oder das BAG die allgemeine Bevölkerung direkt an. Und: Lieber einmal ein Mail zu viel löschen als eines zu wenig.

Ebenfalls auf der Corona-Welle surfen Malware-Mails, die eine angebliche Steuerrückerstattung versprechen. «Um diese Rückerstattung zu erhalten, soll ein Dokument geöffnet werden. Dieses Dokument enthält eine Schadsoftware. Öffnen Sie das Dokument unter keinen Umständen und löschen Sie die Mail, ohne darauf zu antworten»,

schreibt die Melde- und Analysestelle Informationssicherung Melani. Die vom Bundesrat beauftragte Stelle bietet laufend aktuelle Informationen zu jüngsten Angriffen wie zum Beispiel dem SMS, das darauf hinweist: «Paket wegen fehlendem Porto gestoppt. Bitte zahlen Sie Ihr fehlendes Porto, um Ihr Paket noch heute freizugeben.» Beim Anklicken des Links in der SMS kommt es zu einem Vertragsabschluss bzw. einem Leistungsbezug via Kreditkarte. Ignorieren Sie diese SMS.

Grundsätzlich gilt:

Mails und SMS von unbekannten Absendern oder mit zweifelhaftem Inhalt löschen. Niemals Links öffnen, die keinen persönlichen Bezug erkennen lassen – auch wenn sie von «Bekannten» geschickt wurden. Kurz anrufen und rückversichern, dass das Mail oder SMS tatsächlich von diesen stammt. Oder einfach löschen.

Anrufe von unbekannten Nummern ignorieren, Nummer notieren und auf telsearch.ch suchen. Oft handelt es sich um Call Centers, die etwas verkaufen wollen. *

Aktuelle Informationen unter melani.admin.ch



● **Marc Bodmer**
ist Jurist und Game-Consultant. Er beschäftigt sich seit über 25 Jahren mit digitalen Medien.

Das Grummeln im Magen

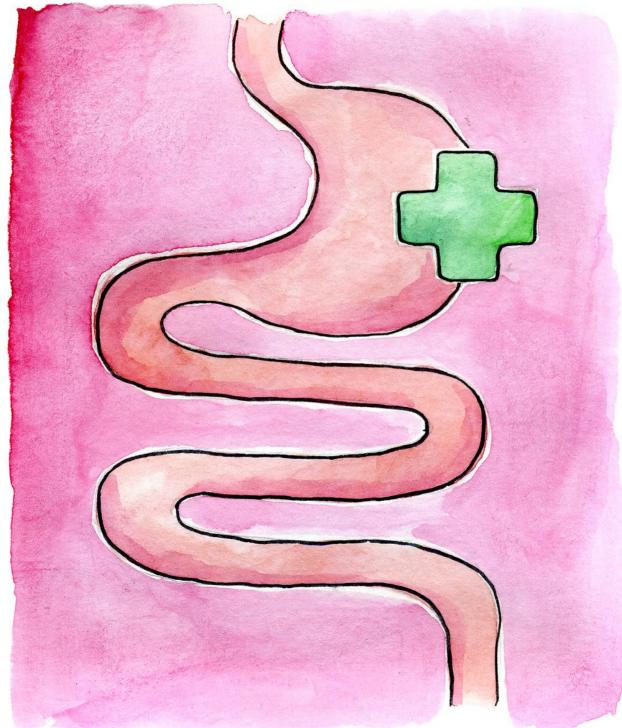
Mit zunehmendem Alter verträgt man gewisse Speisen schlechter – oder gar nicht mehr. Eine Expertin erklärt, weshalb Magen und Darm plötzlich schwächeln.

1 **Pommes frites, die aufstossen, Peperoni, die schwer im Magen liegen: Woran liegt es, dass man im Alter gewisse Lebensmittel urplötzlich weniger gut verträgt?**

Beide Beispiele gehen auf die gleiche Ursache zurück: die schwindende Vitalität einzelner Organe. Enzyme oder Gallenflüssigkeit werden mit zunehmendem Alter weniger und langsamer produziert. Auch die Peristaltik (funktionale Vorwärtsbewegung) von Speiseröhre, Magen und Darm nimmt ab. Deshalb verlängert sich die Verweildauer des Speisebreis im Magendarmtrakt, was Aufstossen und Völlegefühl zur Folge hat. In unserer Praxis beobachten wir solche Beschwerden gehäuft ab dem 40. Altersjahr.

2 **Welche Lebensmittel sind im Alter besonders schwer verdaulich – und weshalb?**
Fettreiche, heiße Speisen, vor allem fettes Fleisch oder erhitzter Käse. Da der Körper lascher wird und unter anderem weniger Gallenflüssigkeit produziert – sie reguliert die Verdauung von Fett –, bleiben fettreiche Speisen länger im Magen liegen, was starke Beschwerden auslösen kann. Peperoni, Gurke, Kohl, Linsen, Knoblauch oder Zwiebeln wiederum enthalten Nahrungsfasern oder bestimmte Pflanzenstoffe, die im Alter oft zu Blähungen führen. Was zwar unangenehm, aber meist harmlos ist. Treten entsprechende Beschwerden öfter und heftiger auf, sollte man sich unbedingt an die Hausärztin wenden – um Nahrungsmittel-Intoleranzen oder Allergien auszuschliessen.

3 **Wie kann man die Verdauung ankurbeln?**
Ankurbeln kann man sie nicht, die Symptome lassen sich aber mit Hausmitteln lindern, etwa mit der Beigabe von Kümmel oder Anis. Sie machen Gerichte bekömmlicher, die blähend wirken. Bei fettreichen Speisen wiederum helfen Löwenzahn-, Wermut- oder Minztee. Und bei Magenbeschwerden empfehlen wir Teesorten mit Koriander, Fenchel, Schafgarbe oder Brombeerblättern.



4 **Wann soll man trinken, falls der Magen schwächtelt: vor, während oder nach dem Essen?**
Ältere Personen sollten während den Mahlzeiten nur wenig trinken – sonst wird die Enzymwirkung und zusätzlich die Aufnahme von Nähr- und Wirkstoffen vermindert. Idealerweise deckt man den Flüssigkeitsbedarf (1 bis 1,5 Liter) zwischen den Mahlzeiten. Die empfohlenen Kräutertees sollte man etwa 15 bis 30 Minuten nach dem Essen zu sich nehmen.

5 **Falls der Magen bereits grummelt: Hilft ein Gläschen Schnaps nicht besser?**
Der Schnaps als «Verdauungs-Booster» ist beliebt, aber nicht empfehlenswert: Im ersten Moment verspürt man zwar eine Entlastung, da sich die Gefäße erweitern. Danach aber reagiert der Körper anders als gewünscht. Denn Alkohol gelangt über die Schleimhäute (Mund, Magen, Darm) rasch ins Blut, und da dieser für unseren Organismus eine grösere Gefahr darstellt als der Speisebrei im Magen, richtet sich die Leber darauf aus, den Alkohol möglichst schnell abzubauen. Was letztlich den Verdauungsprozess verlängert – und damit auch das Magengrimmen. *



● **Ruth Ellenberger**
(55) ist dipl. Ernährungsberaterin HF SVDE und Mitinhaberin des Ernährungszentrums Zürich. Mehr Infos: ernaehrungszentrum.ch

Crowdinvesting: Attraktiv, aber nicht ohne Risiko

Im aktuellen Umfeld mit Null- oder Negativzinsen nehmen sich hohe Renditen für die Anlegerinnen und Anleger verlockend aus. Mit der Corona-Krise sind diese Kredite per Internet-Plattform aber einem Stresstest ausgesetzt.

Angefangen hat alles mit wohltätigen Projekten. Über Crowdfunding liessen sich auf neuen Internet-Plattformen kulturelle Aktivitäten oder Jungfirmen unterstützen. Eine mehr oder minder grosse Zahl an Einzelpersonen strebte mit ihren Investments nicht eine Gewinnmaximierung an. Stattdessen gaben sie sich mit einer moralischen oder symbolischen Rendite zufrieden. Etwa ein Gratisticket zum Konzert, vielleicht auch Vorzugskonditionen beim innovativen Produkt eines Start-ups.

Mit dem technologischen Fortschritt hat sich diese anfänglich noch etwas handgestrickte Geldbeschaffung in den letzten fünf Jahren zu einer rasch wachsenden Finanzierungsart entwickelt. Rund vierzig Crowdfunding-Plattformen wickeln heute in der Schweiz jährlich Kredite von fast einer Milliarde Franken ab.

Zu den vielen Leuten, die mit kleinen Beträgen eine Idee unterstützen, sind mittlerweile kapitalkräftige Grossinvestoren wie Pensionskassen, Versicherungen und Family Offices dazugekommen. Das ursprüngliche Crowdfunding, zu gut Deutsch auch Schwarmfinanzierung, hat sich in Richtung Renditeprojekte weiterentwickelt. Gewichtige Portale wie Cashare, Lend, Creditgate24, Crowdhouse, Swisspeers oder Creditworld buhlen mit attraktiven Renditeversprechen um Investoren. Während die Zinsen auf dem Bankkonto gegen null tendieren oder gar schon negativ sind, wecken Erträge von 4 Prozent bis 6 Prozent für solche alternativen Darlehen, Kredite und Hypotheken die Fantasie.

Bereits ab 500 Franken sind Kleinanlegerinnen und Kleinanleger im Geschäft mit Crowdinvesting dabei. Ganz ohne Risiko ist das aber nicht. Ambitionäre Projekte können scheitern, ein Jungunternehmen kann in Schieflage geraten oder pleitegehen. Der wirtschaftliche Einbruch, ausgelöst

durch die Corona-Pandemie, ist derzeit ein harter Testlauf speziell für Start-ups. Auch die Kreditplattformen sind gefordert.

Dank dem Notprogramm des Bundes können die kleinen und mittleren Unternehmen einen staatlich abgesicherten Covid-19-Kredit mit Nullverzinsung abholen. Das bremst die Crowdinvesting-Portale bei der Vergabe von neuen Krediten. Man hofft aber bei einer länger andauernden Krise bald wieder ins Geschäft zu kommen. Die Plattformen sehen sich als Alternative zu den Banken, die bei kleinen Krediten oft zögern.

Solange die Zinsen im Keller bleiben, lohnt sich die Suche nach Anlagen mit einer ansprechenden Rendite, wie sie das Crowdinvesting bieten. Klar ist aber auch: Die Höhe der Zinszahlung hängt von der Laufzeit und dem Ausfallrisiko des Kreditnehmers ab. Je nach der finanziellen Einstufung können zwischen 1 Prozent und 5 Prozent der Unternehmen das geliehene Geld nicht mehr zurückzahlen. Deshalb lohnt es sich, die höheren Beträge innerhalb einer Crowdinvesting-Plattform zu diversifizieren. Bei einer Investition von 20 000 Franken macht es Sinn, das Geld auf mehrere Finanzierungprojekte mit unterschiedlichen Risikobewertungen zu verteilen. So lässt sich die Verlustgefahr minimieren. Mit hohen Zinsen verbinden sich entsprechende Absturzrisiken. Man darf sich auch in diesen schwierigen Corona-Zeiten nicht von verlockenden Ertragsaussichten blenden lassen. *



● Kurt Speck

ist Wirtschaftswissenschaftler, Ex-Verleger und -Chefredaktor der «Handelszeitung». Er publiziert zu Finanz- und Vorsorgethemen.