



Pegasus

Gesundheit erreichbar machen

# PegaVision

A U S G A B E 0 5 / 2 0 1 7

Aktuelles zum Arbeitsschutz, Umweltmedizin, Reisemedizin und zur Vorsorge

## Dermacentor

- Hundemalaria und FSME -

Vermutlich im Zuge des Klimawandels verbreitet sich in Deutschland eine ursprünglich im Mittelmeerraum heimische Zeckenart: die **Auwaldzecke** (Dermacentor). Man erkennt diese 5 – 10 mm große Zecke an ihrem hellen Rückenschild mit braunen Streifen und Tüpfelung. Während die bei uns häufigste Zeckenart, der **Holzbock** (*Ixodes ricinus*), auf Gräsern, Sträuchern und Büschen in einer Warteposition verharrt und sich vom Wirtstier passiv abstreifen lässt (**Zecken fallen nicht von Bäumen!**), läuft die Auwaldzecke aktiv auf ihre Beute zu. Sie ist bereits im Februar ab 3° Celsius aktiv und bleibt es bis zum ersten Schnee. Von der Auwaldzecke können verschiedene Krankheitserreger übertragen werden, unter anderem FSME-Viren und Borrelien. Die gute Nachricht ist, dass Menschen nur selten gestochen werden und dass der Stich wegen des dadurch ausgelösten brennenden Schmerzes früh bemerkt wird. Bedeutsamer ist die Auwaldzecke für Hunde, weil sie an der gefährlichen **Babesiose** („**Hundemalaria**“) erkranken können. Nicht ohne Grund stanno immer mehr Hundebesitzer ihre Vierbeiner bereits ab Februar oder März mit einem Zeckenhalsband aus.

## LED

- Gedanken zu neuer Technologie -

Auf der Suche nach immer mehr Energieeinsparung wurde uns nicht nur die Glühbirne offiziell verboten, soll heißen, wir können keine mehr kaufen, die Leistung unserer Staubsauger von der EU begrenzt, da wir ja stundenlang mit diesen Geräten am Tag sauber machen, sondern auch eine neue Technik der Lichtgebung offeriert, die unser Energieproblem lösen soll. Soweit so gut. Der Autor ist auch sicherlich nicht gegen Innovationen, die unser Leben energiesparender machen. Das Problem ist, dass uns eine Technik präsentiert wird, dessen Wirkungen wir noch nicht kennen, zumindest nicht was die Wirkungen auf den menschlichen Körper betrifft. In all unseren Lebensbereichen, sei es am Arbeitsplatz oder auch daheim, wird uns die LED-Technik wärmstens ans Herz gelegt. Am Arbeitsplatz gibt es die verpflichtende Verordnung über die Gefährdung durch künstliche optische Strahlung. Und das ist auch gut so. Durch diese Verordnung wird ein Innehalten in der blinden und bedingungslosen Maxime, wir müssen sparen, koste es was es wolle, herbeigeführt.

**Die Fakten.** Es gibt gut dokumentierte Untersuchungen die aufzeigen, dass der alleinige Ersatz von konventionellen Leuchtstoffröhren durch LED-Röhren, gepaart mit einem Wechsel des Starters, in vielen Fällen eher zu einem

vermehrten Stromverbrauch führt. Das liegt an den elektronischen Vorschaltgeräten der LED's, die viel Strom in Wärme umsetzen, was eigentlich nicht gewollt ist. Auch die angestrebte Lebenszeit, der eigentlich innovativen Leuchtmittel, wird durch die ganz primitive Hitzeentstehung sehr schnell zu einer "zerstörenden" Falle, die Lichtausbeute wird immer weniger. Und am Ende ist die alte, konventionelle Leuchtstoffröhre, doch die energiesparendste Variante?

Aber nicht genug. Was weiß man eigentlich über das "Lichtspektrum" einer LED-Leuchte?

Sicher ist, dass Licht das Leben auf der Erde, sei es Mensch, Tier oder Pflanze entscheidend beeinflusst. Unser **Tag-Nacht-Rhythmus** wird durch Licht getriggert, auch durch die spektrale Zusammensetzung des Lichtes. Und LED's haben eine deutlich andere spektrale Zusammensetzung, der spektrale Blauanteil ist deutlich höher.

Unser Nervensystem enthält Sensoren, die beeinflusst durch Licht, unseren hormonellen Gehirnstoffwechsel steuern, und damit auf unseren Schlaf und unser allgemeines Wohlbefinden und **Gesundheit** einen großen Einfluss haben.

Nein, verstehen Sie mich nicht falsch. Ich bin nicht gegen neue Technologien, wie LED Leuchtmittel, die ich im Übrigen in einem begrenzten Bereich auch privat einsetze! Ich bin gegen den lawinenartig ausgebrochenen Hype, LED's in allen Lebensbereichen einzusetzen. So haben Untersuchungen festgestellt, dass **abendliches Arbeiten an LED Bildschirmen häufiger zu Schlafstörungen führt**, als dies bei konventionellen Monitoren der Fall ist.

Verwenden sie deshalb privat als **abendliches** Licht vor dem Schlafen gehen konventionelle Leuchtmittel, oder zumindest gelb-weiße LED's.

## Himbeeren

- Noroviren verderben den Geschmack -

Das europäische Schnellwarnsystem für Lebensmittel und Futtermittel (RASFF) warnt vor tiefgekühlten Himbeeren aus Polen. Hintergrund ist der Fund des hochansteckenden Norovirus in Lebensmittelproben.

Die Himbeeren waren für den Vertrieb in mehreren EU-Mitgliedsländern bestimmt, darunter Deutschland. Die Bedrohung wird von den Kontrolleuren als "ernsthaft" eingestuft. Unterschieden wird lediglich zwischen "ernsthaften" und "nicht ernsthaften" Bedrohungen. Fragliches Obst sollte auf mindestens 90 Grad erhitzt werden

Das Norovirus, das jedes Jahr vor allem im Winter in Deutschland grassiert, verursacht starken Durchfall und Erbrechen, was zu starkem Flüssigkeitsverlust des Körpers führt. Für Säuglinge, Kleinkinder und alte Menschen kann dies lebensgefährlich sein. Erkrankte sollten viel trinken, um den Flüssigkeitsverlust auszugleichen.