

*H*allgatni a természet csendjét, a madarak énekét, az erdő szelíd nesztét az egyik legpihentetőbb időtöltés. Vadregényes vidékeken bóklászni, rácsodálkozni a fák és bokrok, virágok és levelek elbűvölő változatosságára, ugyancsak lelket vidító elfoglaltság. Ám a természetjárás veszélyeket is rejt, ha óvatlanok vagyunk. Aki szedett már össze kullancsot, ismeri azt a riadt félelmet, amely ilyenkor úrrá lesz az emberen, hisz rögtön két súlyos betegség jut az eszünkbe: a Lyme-kór és az agyhártyagyulladás. Azért, hogy a szabadban töltött idő, a kirándulás jó emlékű esemény maradjon, lássuk, mire érdemes odafigyelni.



## Kulcs a kullancsvédelemhez

A kullancs egy élősködő, az atkával áll rokonságban. Világszerte közel nyolcszáz faja ismert, Magyarországon alig több mint negyven fordul elő, ezek közül mindössze öt-hat jelent veszélyt emberre és háziállatra. Egészen érdekes az egyedfejlődése: a petéből kikelő, még csak hatlábú kullancslárva kisrágcsőkon szívja meg magát vérrel, az emberi bőrbe nem képes behatolni, mert ahhoz túl puha a szájszerve. Ám ahogy fejlődik, s a páncélja felreped, előbújik belőle az immár nyolclábú, nem nélküli kullancsnimfa, amely az erdei állatokat, s az embert veszi célba. Csak később fejlődik nősténnyé vagy hímmé. Roppant szívós paraziták: táplálék nélkül is képesek akár több évig életben maradni.

Úgy válnak fertőzővé, hogy fertőzött állatok vérért szívják, s legközelebbi „áldozatuknak” máris továbbadják a kórokozó mikroorganizmusokat. A statisztika szerint minden ötödik kullancs fertőzött, de csak minden tizenharmadik okoz betegséget.

### Fönről ugranak, letről másznak

Kullancsveszély két irányból leselkedhet ránk. A csertölgy alapú erdőket kedvelő közönséges kullancs lombos erdők fáiról, cserjéiről kb. másfél méter magasságból „veti alá” magát, amikor megérzi, hogy melegvérű van a közelben. Szemben például a somogyi legelőkön gyakori birkakullancssal, amely az aljnövényzetről, a fűről kapaszkodik fel ruházatunkra, s onnan a bőrünkre.



### Az ideális erdőjáró ruha

Öltözködésünk alapvető fontosságú a kullancsok elleni hatékony védekezésben. A cél ugyanis az, hogy a hivatlan ízeltlábú ne férkőzhessen a bőrünk közelébe. Ezért – mondják a szakértők – arra kell törekedni, hogy ruházatunk áthatolhatatlan akadályt jelentsen a parazita számára. Hogyan lehetséges ez? Hosszú ujjú pólókat derékban tűrjük a nadrágba, a nadrág szárát pedig a zokninkba. Minél világosabb a ruházatunk, annál könnyebben észre vesszük a rajta lévő kullancsot, s egyetlen mozdulattal elháríthatjuk a csípésveszélyt. Érdemes sapkát húznunk, s akinek hosszú a haja, az mindenképpen fogja össze, és akár kontyba téve, tőrje a fejfedő alá.

### A kipárolgásunkra nem reagál

A közvélekedés szerint, ha kirándulásunk előtt nagyobb adag B-vitamint vagy fokhagymát fogyasztunk, az izzadátságunkban lévő erőteljes „aromák” elriasztják a közelünkben a kullancsokat. Nos, ezt egyre többen minősítik tévhitnek, úgyhogy kizárólagos véde-

kezésként ne hagyatkozzunk rá. A kullancsriasztó aeroszolokkal és kenőcsökkel kapcsolatban is sokan tamáskodnak, mondván, a hatásuk viszonylag rövid ideig tart. A kevésbé kétkedők azt tanácsolják, hogy testhajlatokban, szabadon lévő bőrfelületen, a nyak, a csukló, valamint a fokozott védelem miatt a derék és a boka táján érdemes alkalmazni őket.

### Kötelező testmustra

Erdőben, mezőkön tett kirándulásaink, sőt, fűnyírás után, a tisztálkodás részeként elengedhetetlenül szükséges, hogy alaposan átvizsgáljuk a testünket. Miután a kullancsok a napfénytől védett, vékonyabb bőrrel fedett, izzadt területeket kedvelik legjobban, alaposan vegyük szemügyre a testhajlatokat, a hónalj, a derék, a lágyék, a térd és a boka tájékát, s ugyanily tüzetesen nézzük át a nyakunkat, valamint a fülünk mögötti részt, ahol szintén megbújhat hivatlan látogatónk.

### A biztonságos eltávolítás szabályai

Ha kiderül, hogy kullancs fúrta belénk (vagy szeretteinkbe) magát, ahelyett, hogy szívünkhöz kapnánk első rémületünkben, próbáljunk higgadtan cselekedni. Kapkodással csak tetéznénk a bajt. Semmiképp se nyomkodjuk vagy tekergessük, s határozottan tiltott, hogy krémmel, olajjal, sebbenzinnel vagy kölnivel próbáljuk megvonni a levegőt a kullancstól, azt remélvén, hogy elpusztítva könnyebben elbánunk vele. Ellenkezőleg, azt



kockázthatnák e drasztikus módszerrel, hogy a parazitánkban lévő, esetlegesen fertőző váladék a vérünkbe kerüljön. A kullancs biztonságos eltávolításához két speciális eszköz létezik, mindkettő kapható gyógyszerárban, drogériában, állatpatikában: az acélból készült, rugós csipesz, valamint a magyar fejlesztésű, rangos díjakkal elismert kullancskanál. A csipesszel, miután a bőrünkhöz közel óvatosan megfogtuk a vérszívót, lassan húzzuk kifelé, időt hagyva neki arra (kb. fél percet), hogy elérhesse a bőrünket, így abba biztosan nem szakad bele a szájszerve (a hiedelmekkel ellentétben nem a feje!). A kanál talán még kíméletesebben segít megszabadulnunk a parazitától: mint a meggy magozó a gyümölcsből a magot, úgy fordítja ki a bőrből a kullancsot. (A fertőzésveszély miatt egyszer használatos eszközzről van szó! Az orvosok azt javallják, hogy a csípés idejének és helyének feljegyzése mellett, elővigyázatosságból érdemes egy fiolában megőrizni az eltávolított vérszívót. Esetleges fertőzés esetén segíthet a helyes kórkép felállításában.)

### **Amitől félünk: a két betegség**

A kullancsok által terjesztett két, legismertebb betegség a Lyme-kór és az agyhártya-, illetve agyvelőgyulladás. Előbbit az állat váladékaiban lévő baktérium, utóbbit vírus okozza. A Lyme-kórt antibiotikum-kúrával gyógyítják, az agyhártya-/agyvelőgyulladás védőoltással megelőzhető. A kullancsok kis százaléka okoz komoly bajt, így csípés esetén ne essünk azonnal pánikba. Ám ha a következő napokban, hetekben, néha csak hónapokkal később a csípés körül bőrpírt észlelünk, ha izom- vagy ízületi fájdalom jelentkezik, esetleg láz, fejfájás, szédülés vagy arcidegbénulás, haladéktalanul forduljunk orvoshoz!

LEJEGYZTE: CSATÓ ANDREA

## **Caramel jubilál**

Sokak kedvence, egy televíziós tehetségkutató énekverseny győztese, Caramel lép fel szeptember 11-én 20 órakor Pécsen, a Zsolnay Negyed E78-as koncerttermében. A Fonogram-díjas énekes az elmúlt tíz év dalaiból válogat, régi nagy slágerei mellett friss dalai is elhangzanak a jubileumi koncerten.

## **IX. Kaposvári Mézfesztivál**

Mézlovagrendek felvonulása mellett regionális méhésztalálkozó és mindenfajta mézes-mázás kulináris élvezet várja az érdeklődőket Kaposváron szeptember 18-19-én a város központjában, a Kossuth téren a IX. Kaposvári Mézfesztiválon. A vendégek finomabbnál finomabb, s legfőképpen nagyon egészséges mézek, propoliszos készítmények, és persze díszes mézeskalácsok közül válogathatnak; a szakemberek számára pedig méhészeti eszközökből rendeznek kiállítást és vásárt.

## **A magyarok ősi csillagos égboltja**

Izgalmas világba kalauzolnak minket népünk csillagos égbolthoz kapcsolódó meséi, mondái. Ezek tucatjait mutatja be a Zsolnay Negyed Planetáriumának új, 50 perces műsora (melyet 12 éves kortól ajánlanak). Az érdeklődőket szeptember 27-én 15 órára várják.

## **Szekszárdi Szüreti Napok**

A szüretelés hagyományát megőrizve, a bor és a kultúra nemes kapcsolatát ápolva rendezik meg minden év szeptemberének harmadik hétvégén a Szekszárdi Szüreti Napokat. A nemes nedűket felvonultató borkóstolókon kívül remek koncertek, érdekes kiállítások, könyvbemutatók és látványos hagyományörző műsorok várják a közönséget szeptember 17-20. között. A program sokszínűségét bizonyítja, hogy a fellépők sorában találjuk a Csík zenekart Rúzsa Magdival, Halász Juditot, a Vivat Bacchus énekegyüttest és a Kiscsillag zenekart egyaránt.

## **Vasútmodell-kiállítás Kaposváron**

Mini hegyek-völgyek közt és zsúfolt városokat idéző terepasztalokon zakatolnak a vasútmodellek szeptember 11-től 13-ig, naponta 10-től 18 óráig a somogyi megyeszékhelyen. A TnT Vasútmodell Klub szervezésében, a Vállalkozók Házában (Cukorgyár köz 8.) megvalósuló programon az osztrák és német tematikájú modulrendszer mellett a látogatók újdonságként a jellegzetes amerikai vonatokkal is megismerkedhetnek, sőt, lesz egy villamos-terepasztal is. A gyerekeket favonatos játszóház és általuk irányítható terepasztal is várja. A kiállítás ideje alatt lehetőség lesz autó- és vasútmodellek vásárlására, s tanácsokkal is ellátják az érdeklődőket.

## **Erdőlátogatási tilalom**

A Mecsekerdő Zrt. és a SEFAG Zrt. felhívja a lakosság figyelmét, hogy üzemi vadászterületein szeptember 1-30. között (bizonyos területeken október 31-ig) erdőlátogatási tilalom lép életbe. Ezt azért vezetik be, mert szeptemberben intenzív vadászati tevékenység kezdődik, ami megnöveli a balesetek kockázatát. A látogatási tilalom részleteiről a helyi önkormányzatok hirdetőtábláin, az erdei utak mentén fellelhető táblákon, illetve a helyben gazdálkodó erdészeteknél tájékozódhatnak.

## **Tüzeslecső fortyog a Zselicben**

Immár 15. alkalommal rendezik meg a Zselici Tüzeslecső Főzőkavalkádot Bószénfán szeptember 19-én. A fakanalat ragadó csapatok nemes versenyben mérhetik össze lecsőfőző tudományukat ezen a szombaton. Bővebb információ: <http://kaposvariprogramok.hu/lecső>

## **Dixieland a máriai kikötőben**

Másodízben ad otthont Balatonmária-fürdő a Máriai Dixieland Fesztiválnak szeptember 12-én a település hajó kikötőjében. A reflektorfény idén a Brass on Brass Tradicionális Jazz Együttesre, az M. & K. Fúvószenekarra, a Marcato ütőegyüttesre, a Happy Dixieland Bandre, valamint a messze földön híres, szegedi Molnár Dixieland Bandre irányul – ígérik a szervezők. A muzsika élvezetét a helyi termelők borai mélyíthetik el, lesz kézműves vásár és néhány gyermekprogram is.

## **Zorán ismét Pécsen**

Volt egy tánc – kibővíve és egy kicsit másképp – ezzel a sejtelmes címmel ad koncertet Zorán szeptember 17-én este héttől a Kodály Központban. Sztárvendégével, Kulka János színművésszel együtt több Leonard Cohen-dalt is elénekelnek majd. Természetesen megszólalnak a jól ismert Zorán-dalok, újak és régiak egyaránt, elhangzik néhány a legutóbbi duett-albumról, és az elmaradhatatlan zenekari szólók sem hiányoznak majd. Zorán társai ezen az estén Horváth Kornél, Lattmann Béla, Sipeki Zoltán, Gátos Iván, Gyenge Lajos, Csányi István, Óvári Éva, Kabelács Rita és Péter Barbara lesznek.