

Stephanie L. Tourles

# INSEKTENABWEHR SELBST GEMACHT

75 Rezepturen aus der Natur  
für Menschen, Hunde und Katzen  
gegen Stechmücken, Zecken, Flöhe und Co.

**ökobuch**

Staufen bei Freiburg  
[www.oekobuch.de](http://www.oekobuch.de)

## **Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek**

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Angaben sind im Internet unter <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Die amerikanische Originalausgabe erschien 2016 unter dem Titel „Naturally Bug-Free – 75 Nontoxic Recipes für Repelling Mosquitoes, Ticks, Fleas, Ants, Moths & other Pesky Insects“ bei Storey Publishing Co., North Adams, MA, USA

Übersetzung: Renate Himmelmann, Staufen

1. Auflage 2016

ISBN 978-3-936896-88-6

© der deutschen Ausgabe:

ökobuch Verlag, Staufen bei Freiburg 2016

Internet: [www.oekobuch.de](http://www.oekobuch.de)

Alle Rechte der Verbreitung, auch durch Funk, Fernsehen, fotomechanische Wiedergabe, Einspeicherung in EDV-Anlagen, Tonträger jeder Art und auszugsweisen Nachdruck, sowie die Rechte der Übersetzung sind vorbehalten.

Druck: Beltz Bad Langensalza, Bad Langensalza

Alle Angaben und Arbeitsanleitungen in diesem Buch wurden nach bestem Wissen und Gewissen zusammengestellt, eine Gewähr für die Richtigkeit wird jedoch nicht übernommen. Infolgedessen lassen sich für die praktische Umsetzung des hier Dargestellten keine Haftungsansprüche gegenüber der Autorin oder dem Verlag ableiten.

## **Widmung**

Für alle, die je von Insekten und anderen Tieren gestochen, gebissen, gereizt, belästigt, verrückt gemacht oder fürchterlich erschreckt worden sind – die Natur bietet natürliche und wirksame Lösungen. Möget Ihr nicht mehr genervt, geschockt und geplagt werden!

## **Dank**

Ich danke Gott für die Kräuter und den Kräutergeistern für die Vermittlung des intimen Wissens; meinem Großvater Earl C. Ashe dafür, dass er mich als junges Mädchen in die Kräuterkunde eingeführt hat; meinen Freunden und meiner Familie für ihr Feedback zu meinen Rezepten; Deborah Balmuth, meiner Lektorin bei Storey Publishing dafür, dass sie auch diesmal an mich geglaubt und mir erlaubt hat, meine Kräuterkennnisse an gesundheits-suchende Leserinnen und Leser weiterzugeben.

## **Bildnachweis**

Die Illustrationen wurden aus der amerikanischen Originalausgabe übernommen und stammen von Zoe More O’Ferrall / [Illustrationweb.com](http://Illustrationweb.com)

Die Bilder auf dem Cover oben rechts und links und auf den Seiten 11, 20, 21, 22, 23, 24, 25 oben links und unten rechts, 26, 27, 28, 29, 30 rechts, 31, 32, und 33 unten links stammen von Peter Himmelhuber, Regensburg.

Die Bilder auf dem Cover oben Mitte und unten sowie auf den Seiten 4, 7, 10, 13, 16, 18, 25 oben rechts, 30 links, 33 rechts, 34, 37, 39, 40, 65, 70, 73, 83, 85 und 89 stammen von Claudia Lorenz-Ladener, Staufen.

# INHALTSVERZEICHNIS

|  |    |  |    |
|--|----|--|----|
| <b>Einführung</b> .....  | 5  | <b>5 Mittel für Haustiere</b> .....                    | 64 |
| Das Problem mit modernen Insektiziden.....                     | 5  | Wissenswertes über Flöhe und Zecken .....              | 65 |
| DEET: Die beste Abwehr?.....                                   | 6  | Ergreifen Sie die Initiative .....                     | 66 |
| Nebenwirkungen von Insektiziden .....                          | 6  | Shampoos für Haustiere .....                           | 68 |
| Es ist Zeit für einen Wechsel.....                             | 7  | Katzen und Hunde baden .....                           | 71 |
| <b>1 Die Grundlagen</b> .....                                  | 9  | Kräutersäckchen für den Haustier-<br>Schlafplatz ..... | 72 |
| Kräuter .....  | 9  | Floh-Halsbänder mit Kräuteraura .....                  | 74 |
| Das Sammeln von Kräutern .....                                 | 11 | Salbei, Rosmarin und Basilikum .....                   | 75 |
| Das Trocknen von Kräutern .....                                | 11 | Floh- und Zeckenpulver.....                            | 75 |
| Leicht anzubauende insektenabwehrende<br>Pflanzen .....        | 12 | <b>6 Schutzmaßnahmen für das Haus</b> .....            | 77 |
| Ätherische Öle .....   | 13 | Vorbeugen ist die beste Lösung .....                   | 78 |
| Basisöle .....   | 15 | Reinigungssprays .....                                 | 80 |
| Äthylalkohol .....   | 16 | Insektenabwehr-Potpourris .....                        | 81 |
| <b>2 Lexikon der Zutaten</b> .....                             | 19 | Schützen Sie kostbare Bücher mit Vetiever .            | 83 |
| Kräuter und pflanzliche Zutaten .....                          | 20 | Insektizide Abwehlpulver .....                         | 84 |
| Einen Insektenschutz-Hut herstellen .....                      | 33 | Anti-Insekten-Aufgüsse und Sprays .....                | 86 |
| Grundzutaten und Zusatzstoffe .....                            | 34 | Von Mäusen und Minze .....                             | 90 |
| Insektenschutzmittel frisch aus dem Garten                     | 37 | Lieferhinweise .....                                   | 91 |
| <b>3 Die Ausrüstung zur<br/>Verarbeitung der Zutaten</b> ..... | 38 | Stichwortverzeichnis .....                             | 91 |
| Küchenwerkzeuge und Hilfsmittel .....                          | 39 |  |    |
| Sauberkeit bei der Arbeit .....                                | 40 |  |    |
| Vorratsbehälter .....  | 40 |  |    |
| Etikett, Etikett, Etikett .....                                | 41 |  |    |
| <b>4 Insektenabwehrmittel für Menschen</b> ..                  | 42 |  |    |
| Rezepturen für Flüssigkeiten und Sprays .....                  | 43 |  |    |
| Seien Sie kein Stechmücken-Magnet .....                        | 47 |  |    |
| Räucherwerk zur Abschreckung im Freien ...                     | 49 |  |    |
| Balsame und Öle .....  | 53 |  |    |
| Wie oft soll man Schutzmittel anwenden?...                     | 54 |  |    |
| Essbare Stechmücken- u. Zeckenschutzmittel                     | 58 |  |    |
| Tinkturen und Aufgüsse .....                                   | 59 |  |    |
| Hochempfindliche Haut? .....                                   | 63 |  |    |