

Bekannt aus den ProSiebenSat.1-Teletexten



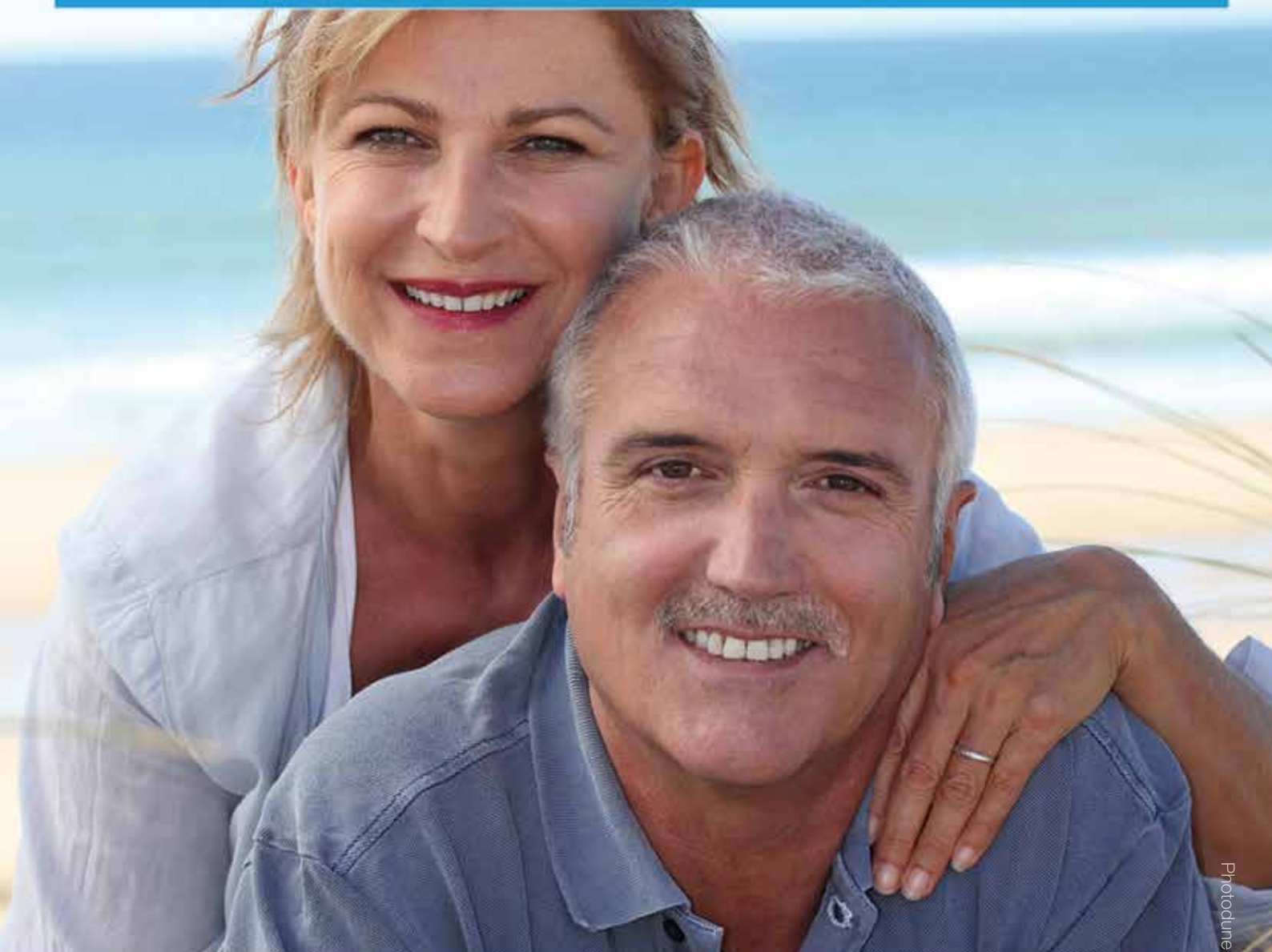
SIXX

TELE5

MAXX

GOLD

BESSER LEBEN



Photographie

Ratgeberbroschüre

BESSER LEBEN RATGEBER SERVICE

www.besser-leben-service.de

Liebe Leserin, lieber Leser,

vielen Dank, dass Sie sich für unseren RATGEBER SERVICE entschieden haben. Sie halten nun die gewünschten Informationen in Ihren Händen.

Experten und Fachjournalisten haben für Sie komplexe Themen übersichtlich und verständlich aufbereitet. Sie finden in dieser Ratgeberbroschüre wesentliche Fakten, Tipps und Tricks zum Thema, um Ihnen wichtige Entscheidungen zu erleichtern.

Ob es sich um Finanzen, Gesundheit und Prävention, Rente oder soziale Fragen dreht, gerne stehen wir Ihnen auch in Zukunft mit unseren vielfältigen Ratgeberbroschüren zur Seite.

Mit uns bleiben Sie auf einfache Weise besser informiert, so können Sie im Rahmen unseres BESSER LEBEN RATGEBER SERVICE jeden Monat eine weitere Broschüren kostenfrei erhalten. Ein Anruf genügt.

Mit besten Grüßen

Ihr BESSER LEBEN RATGEBER SERVICE Team



OHNE NIESEN DURCH DIE POLLENZEIT

Die besten Tipps für Allergiker: Medikamente, Haushalt, Hypersensibilisierung

Während die meisten spätestens im April den Frühling mit offenen Armen willkommen heißen, beginnt für rund 13 Millionen Deutsche jedes Jahr aufs neue eine wochen- oder monatelange Leidenszeit. So schön Bäume, Sträucher und Gräser blühen, so sehr sorgen sie für verstopfte Nasen, Niesattacken und juckende Augen. Was anfangs nur lästig erscheint, kann sich unbehandelt allerdings schnell zu einer gefährlichen Krankheit auswachsen. Asthma oder Kreuzallergien zu Lebensmitteln sind die Folge.

Dabei können die Leiden der Allergiker heute mit wirksamen Medikamenten spürbar gelindert werden. Wir zeigen Ihnen, welche Arzneien für welchen Allergie-Typ am besten geeignet und verträglich sind. Dazu gibt es wertvolle Tipps, wie Sie Pollen im Haushalt einfach vermeiden können. Und wenn Sie die Pollensaison überstanden haben, sollten Sie eine Hypersensibilisierung beginnen. So können Sie die Allergie endgültig loswerden. Das geht aber erst, wenn nichts mehr blüht. Ausnahme: Die Tabletten-therapie gegen Gräser- und Roggenpollen.

ALLERGIE-TEST ZUERST

Wenn die Augen tränen oder die Nase nicht aufhört zu laufen, können Medikamente helfen. Dafür ist es

aber zunächst notwendig zu wissen, wogegen genau Sie allergisch sind. Wer also noch keinen Allergietest absolviert hat, sollte sich die Zeit nehmen und zum Hausarzt gehen. Der bietet den Test entweder selbst an oder schickt Sie – je nach Symptom – zum HNO- oder Hautarzt.

Mit dem Ergebnis, das nach wenigen Tagen vorliegt, können Sie die Ursache Ihrer Probleme genau bestimmen. Nicht immer sind Pollen der Grund. Auch eine Milben-, Hausstaub- oder Tierhaarallergie kann ähnliche Symptome auslösen. Außerdem gibt es klar abgegrenzte Jahreszeittabellen, die zeigen, wann welche Pollen in der Luft sind. So wissen Sie immer, wann Sie etwa mit allergischen Symptomen rechnen müssen. Das hilft beim Einsatz vorbeugender Medikamente, die vor Auftreten der Beschwerden eingesetzt werden müssen.

Das Tückische: Allergien können sich in jedem Lebensalter herausbilden. Das Gute: Sie können auch in jedem Alter bekämpft werden. Hat die Blühphase der Natur bereits begonnen – meist im Laufe des März, spätestens im April – bleibt zunächst nur die medikamentöse Behandlung.

Die Stiftung Warentest hat die besten rezeptfreien Medikamente getestet, von Nasenspray über Augen-

tropfen bis hin zu Tabletten. Eine Grundregel gilt für alle: Ziehen Sie Medikamente ohne Konservierungsstoffe vor, damit bei längerfristiger Anwendung die Nasenschleimhaut nicht geschädigt wird.

BEI ALLERGISCHEM SCHNUPFEN

CROMOGLIZINSÄURE

Der Wirkstoff steckt in einem Spray und wirkt vorbeugend gegen die Symptome, benötigt dafür aber etwa zwei Wochen. Sie sollten also sofort mit der Anwendung beginnen. Cromoglicinsäure behindert die Freisetzung des Gewebehormons Histamin und verschiedener Entzündungsstoffe aus den Immunzellen, die die Probleme bei Allergien auslösen.

Risiken und Nebenwirkungen

Sofort nach der Anwendung könnten Sie ein Brennen, Stechen oder einen Juckreiz in der Nase spüren. Bei längerer Anwendung können Nasenbluten oder Schleimhautgeschwüre auftreten. Letzteres ist allerdings sehr selten. Eine Altersbeschränkung gibt es für das Spray nicht. Auch Kinder können es benutzen.

Günstigste Präparate

Die Sprays liegen preislich alle nah beieinander und immer zwischen sechs und sieben Euro* pro Flasche (15 ml). Das günstigste Präparat ohne Konservierungsstoffe ist

Crom Ophtal, gefolgt von **Cromo CT**, **Cromohexal sanft** und **Cromo Ratiopharm kons.frei**. Andere Präparate enthalten Konservierungsmittel und sind nur wenige Cent günstiger. Dazu gehören **Cromo 1A Pharma**, **DNCG Stada 2,8 mg/Sprühstoß** und **Cromoglicin Heumann**. (*Alle Preise beziehen sich auf unverbindliche Herstellerangaben. Vergleichen Sie auch die Preise in Online-Apotheken, wo oft erhebliche Nachlässe zu finden sind.)

AZELASTIN

Ein anderer Wirkstoff in Nasensprays ist Azelastin. Der Ansatz hier: Der Stoff besetzt die Bindestellen für Histamin, so dass das körpereigene Hormon dort nicht mehr andocken kann. Die allergische Reaktion wird stark vermindert.

Risiken und Nebenwirkungen

Auch dieses Nasenspray kann die Schleimhäute reizen. Brennen, Jucken, Stechen oder Niesreiz sind die Folge. Allerdings verschwinden diese Nebenwirkungen schnell wieder. Als Nachteil benennt Stiftung Warentest den bitteren Geschmack des Medikaments, wenn es unabsichtlich von der Nase in den Rachen und Mundraum gelangt. Medizinische Folgen hat das aber nicht. Für Kinder unter sechs Jahre ist es zudem nicht geeignet.

Günstigste Präparate

Zwei Sprays ohne Konservierungsstoffe empfiehlt Stiftung Warentest.

Beide kosten durchschnittlich etwas mehr als acht Euro. **Allergodil akut** ist dabei wenige Cent günstiger als **Vividrin akut Azelastin**.

BEI ALLERGISCHER BINDEHAUTENTZÜNDUNG

CORMOGLINCINSÄURE

Wie in der Nase wirkt die Cromoglicinsäure auch bei einer allergiebedingten Bindehautentzündung. Auch hier ist es allerdings nur zur Vorbeugung einsetzbar. Sie müssen also mit der Anwendung beginnen, bevor sich die Symptome bemerkbar machen.

Risiken und Nebenwirkungen

Nach dem Eintropfen kann es in den Augen brennen. Häufig wird auch direkt nach der Anwendung ein Gefühl beschrieben, als würde sich ein kleines Korn oder ein ähnlicher Fremdkörper im Auge befinden. Allerdings vergeht dieses Gefühl wieder. Die Wirkung setzt meist sehr schnell ein. Wichtig für Kontaktlinsenträger: Stabile Linsen sollten vor der Anwendung entfernt und frühestens 15 Minuten danach wieder eingesetzt werden. Auf weiche Linsen sollten Sie während der Anwendung ganz verzichten, da sie bereits entzündete Augen weiter belasten.

Günstigste Präparate

Die Präparate kosten zwischen fünf und sechs Euro und werden in Ein-

zeldosis-Pipetten mit jeweils 10 ml Wirkstoff verkauft. 20 solcher kleinen Plastikpipetten stecken in einer Packung. Alle empfohlenen Präparate sind ohne Konservierungsstoffe. Am günstigsten ist **Dispracomil sine EDP**, gefolgt von **Crom Ophtal sine EDB** und **Cromo Stulln UD**. Nur wenige Cent teurer kommen **Cromo-CT**, **Cromohexal UD EDP 0,5 ml** und **Cromo Ratiopharm Einzeldosis** daher.

AZELASTIN

Die Wirkung von Azelastin lindert die Beschwerden wie in der Nase auch im Auge. Allerdings ist die Anwendungsdauer auf sieben Tage am Stück begrenzt.

Risiken und Nebenwirkungen

Azelastin kann die Augenbindehaut reizen. Brennen, Jucken oder Stechen sind die Folge. Die Reizung vergeht aber sehr schnell wieder. Auch über den Tränenkanal kann der Wirkstoff in Rachen und Mundraum gelangen, wo wieder der bittere Geschmack auftritt. Auch hier gilt: Stabile Kontaktlinsen erst eine Viertelstunde nach der Behandlung einsetzen, bei Entzündung ganz auf Linsen verzichten. Auch für Kinder unter vier Jahren ist die Anwendung nicht geeignet.

Günstigste Präparate

Die beiden empfohlenen Präparate kosten zwischen elf und zwölf Euro und enthalten beide Konservierungs-

mittel. Sie werden in 6 ml-Fläschchen verkauft. **Allergodil akut** ist dabei etwas günstiger als **Vividrin akut Azelastin**.

TETRYZOLIN

Eine Alternative ist Tetryzolin. Es verengt die Blutgefäße der Bindehaut. Dadurch schwillt sie ab und sichtbare Äderchen verschwinden. Die Folge: Weniger Rötung und weniger Tränen. Hier werden die reinen Symptome bekämpft. Die allergische Reaktion wird nicht beeinflusst. Bei diesem Wirkstoff ist eine Maximalanwendung von fünf bis sieben Tagen am Stück empfohlen.

Risiken und Nebenwirkungen

Wird das Medikament länger als sieben Tage nacheinander angewendet, besteht die Gefahr, dass sich die Blutgefäße in der Bindehaut an den Wirkstoff gewöhnen und sich dadurch stark erweitern. Das verstärkt die Rötung und verleitet dazu, das Mittel noch länger einzusetzen. Daher sollte das Mittel auch im akuten Fall nicht weiter verwendet werden, wenn sich nach sieben Tagen keine Besserung eingestellt hat. Dann muss auf eine der genannten Alternativen umgesattelt werden. Das Mittel nicht zusammen mit weichen Kontaktlinsen anwenden (s. oben). Für Kinder unter zwei Jahren ist es nicht erlaubt.

Vorsicht: Wenn der Augeninnendruck erhöht ist, darf das Mittel nicht angewendet werden (Engwinkelglaukom). Auch bei trockenen Augen

sollten Sie auf diesen Wirkstoff verzichten.

Günstigste Präparate

Auch hier werden 20 Einzeldosis-Pipetten verkauft. Die Mittel enthalten keine Konservierungsstoffe. Hier ist der Preisunterschied deutlich: **Ophthalmin N sine** liegt zwischen sieben und acht Euro. Konkurrent **Berberil N EDO** verlangt zwischen zehn und elf Euro.

KOMBIPRÄPARATE

Es werden mit dem Wirkstoff Cromoglicinsäure auch Kombi-Präparate für Augen und Nase angeboten. Auch hier gilt: Mit der Anwendung sollte möglichst zwei Wochen vor Beginn des Pollenflugs begonnen werden. Der Vorteil ist der günstigere Preis. Ein Nachteil ist, dass die Kombipräparate beide oder eines von beiden mit Konservierungsmitteln versetzt sind. Daher lohnt es sich hier wieder, auf Einzelpräparate zurückzugreifen.

Günstigste Präparate

Die Angebote liegen alle zwischen zehn und elf Euro. Am günstigsten ist **Allergocrom** (1: Konservierungsstoffe in den Augentropfen). Nur wenige Cent teurer sind **DNCG Stada** (2: Konservierungsstoffe in Augentropfen und Nasenspray) und **Cromoglicin Heumann Kombipackung** (2). Preislich auf einer Linie liegen **Cromo-CT Heuschnupfen Set** (1), **Cromohexal** (1) u. **Cromo Ratiopharm Kombipackung** (1).

TABLETTEN UND SÄFTE

CERERIZIN

Da manche Pollen wie von Birken über längere Zeit in der Luft bleiben, ist die lokale Bekämpfung der Symptome in Augen und Nase nicht ausreichend. Tabletten und Säfte können hier Abhilfe schaffen. Ceterizin ist der gängigste Wirkstoff, der bei allen Allergieformen angewendet werden kann. Das Prinzip ist ähnlich wie bei Azelastin: Die Bindestellen für Histamin werden besetzt.

Risiken und Nebenwirkungen

Bei einem von 100 Behandelten kann Müdigkeit auftreten. Diese Wirkung wird durch Alkohol verstärkt. Grundsätzlich sollte daher auf Alkohol während der Einnahmedauer verzichtet werden. Kinder sollten höchstens zwei bis vier Wochen mit dem Wirkstoff behandelt werden. Die genaue Dosierung ist im Beipackzettel zu finden.

Günstigste Präparate

Die Preise schwanken bei den Tabletten erheblich. **Cetericin ADGC** ist mit durchschnittlich sieben Euro pro 50-Stück-Packung am weitaus günstigsten. Alle anderen von Stiftung Warentest empfohlenen Hersteller verlangen 13 Euro pro Packung. Dazu gehören **Ceterifug**, **Ceterizin 10 1A Pharma**, **Ceterizin AbZ 10 mg**, **Ceterizin AL 10 mg** und **Ceterizin Teva 10 mg**.

Alternativ dazu können Sie den Wirkstoff auch als Sirup oder Saft ein-

nehmen. Die 75 ml-Flasche kostet bei allen Anbietern zwischen sechs und sieben Euro. Empfohlen sind **Ceterizin AL Sirup**, **Ceterizin Stada Saft**, **Ceterizin HEXAL Saft**, **Ceterizin ratiopharm Saft**, **Ceterizin Sandoz Sirup** und **Ceterizin Lösung**.

LORATADIN

Der Wirkstoff Loratadin entfaltet seine Wirkung nach dem selben Prinzip wie Ceterizin und verhindert das Andocken der Histamine an den dafür vorgesehen Stellen. Dadurch wird die allergische Reaktion gebremst

Risiken und Nebenwirkungen

Auch hier ist eine ermüdende Wirkung in einem Prozent der Fälle festgestellt worden und es gilt: kein Alkohol während der Einnahmedauer. Kinder können das Mittel ebenfalls verwenden. Die Dosierung ist im Beipackzettel zu finden.

Günstigste Präparate

Lora ADGC ist mit durchschnittlich 5,50 Euro der günstigste Anbieter für die Packung mit 50 Tabletten. Knapp zehn Euro kostet **GIB Loratadin 10 mg**. Andere Anbieter verlangen zwischen 13 und 14 Euro. Dazu zählen **Loratadin 1A Pharma**, **Loratadin AL 10 mg** und **Loratadin Stada 10 mg**.

TIPPS GEGEN POLLEN IM HAUSHALT

Um nicht auch noch zu Hause ständig mit Pollen in Berührung zu kommen, gibt es praktische Tipps, die Allergiezeit zu überstehen. An erster Stelle steht dabei der Gang zum Arzt. Denn bei einer Hausstaub- oder Milbenallergie, sind die Anti-Allergen-Tipps für Zuhause ohnehin unerlässlich. Darüber hinaus können Sie sich das Leben erleichtern:

- Kaufen Sie Pollenschutzgitter, die Sie vor die Fenster kleben können. Die sind günstig und lassen sich dank Klettverschluss nach der Pollenzeit wieder entfernen.
- Saugen und Wischen Sie in dieser Phase verstärkt. Andernfalls wirbeln Sie bei jedem Gang durch die eigenen vier Wände die Pollen wieder auf.
- Für den Staubsauger gibt es spezielle Pollenfilter. So wird beim Saugen nur wenig Staub herumgewirbelt. Für chronische Allergiker gibt es sogar Staubsauger mit komplett versiegeltem Gehäuse, der keinen Pollen mehr herauslässt. Elektrostatische Tücher halten Staub und Pollen beim Wischen fest.
- Wenn Sie Filter oder Staubsaugerbeutel wechseln müssen, bitten Sie jemanden darum, der keine Pollenallergie hat.
- Auch im Auto können Sie die Pollen herausfiltern. Die Lüftung verfügt heutzutage serienmäßig über diese Filter. Lassen Sie diese regelmäßig tauschen. Bei älteren Modellen, lassen sich die Filter nachrüsten.
- Trocknen Sie Ihre Wäsche während der Pollenflugzeit nicht im Freien. Sonst tragen Sie die Pollen in der Kleidung mit sich herum oder legen sich abends in pollenbeladene Bettbezüge.
- Wenn Sie nach Hause kommen, wechseln Sie sofort die Kleidung. Tun Sie dies aber nicht im Schlafzimmer, da sich die Pollen sonst dort festsetzen können. Das kann nächtliche Allergieschübe zur Folge haben.
- Duschen Sie abends vor dem Schlafengehen und waschen Sie auch die Haare. So spülen Sie alle Pollen von sich ab und können bei Beachtung der Tipps oben pollenfrei schlafen.
- Wohnen Sie auf dem Land, lüften Sie lieber nachmittags oder abends. Da ist die Pollenkonzentration am geringsten. In der Stadt ist es umgekehrt. Hier am besten morgens lüften.
- Achten Sie täglich auf die Pollenvorhersage, die vor besonders starkem Pollenflug warnt und die betroffenen Pflanzen nennt. Genau nachlesen können Sie beim deutschen Wetterdienst unter www.dwd.de. Klicken Sie rechts unter „Biowetter“ auf den Link „Pollenflug“. Hier können Sie aktuell blühende Pflanzenarten und das Datum auswählen. Die Belastung wird deutschlandweit nach Regionen angezeigt.

- Versuchen Sie nicht zu rauchen, da Schleimhäute dadurch zusätzlich gereizt werden.
- Entfernen Sie wenn möglich Allergieauslöser aus Ihrem Umfeld: Haben Sie als Birkenpollenallergiker eine Birke auf dem Grundstück, sollten Sie das Fällen in Erwägung ziehen. Eventuell kann auch mit den Nachbarn über die Verlegung unpassender Pflanzen verhandelt werden. Wenn Sie Ihren Garten bestücken, sollten Sie vorher genau danach auswählen, gegen welche Pflanzen Sie allergisch sind.
- Lassen Sie sich nach der Allergiezeit über eine Hypersensibilisierung beraten (s. unten)

HYPERSENSIBILISIERUNG

Die einzig wirksame Methode, die Allergie zu bekämpfen, ist bislang eine Hypersensibilisierung. Dabei wird der Körper langsam an die Pollen gewöhnt, auf die er unnötigerweise wie auf gefährliche Eindringlinge reagiert. Dies ist über drei grundsätzliche Behandlungsmethoden möglich: Tabletten, Tropfen und Spritzen. Nicht alle sind für alle Allergien geeignet, daher stellen wir diese im Einzelnen vor. Allen ist jedoch eines gleich: Sie sollten immer erst nach der Pollenzeit begonnen werden. Typischer Startmonat dafür ist der Oktober. Die Krankenkasse bezahlt bei diagnostizierter Allergie die Behandlungskosten.

Sublinguale Tabletten-Immuntherapie

Die auch als Gräser-Impf-Tablette bekannte Pille hilft gegen Roggen- und Gräserpollenallergie. Sie ist für Kinder ab fünf Jahren besonders gut geeignet und senkt zusätzlich das Asthmarisiko, das aus der Erkrankung hervorgeht. Die Therapie sollte vier Monate vor Beginn der Pollensaison starten, spätestens im November. Vorteil der Tablette: Sie kann entgegen der anderen Methoden auch während der Saison genommen werden, wenn das Leiden besonders hoch ist. Die Tablette wird einfach unter die Zunge gelegt, wo sie sich auflöst und über die Mundschleimhaut aufgenommen wird. Die Wirksamkeit der Behandlung ist inzwischen belegt. Daher ist sie für Kinder und Menschen mit Angst vor Spritzen sehr gut geeignet. Allerdings muss die Anwendung über drei Jahre fortgesetzt werden.

Sublinguale Tropfen-Immuntherapie

Ebenfalls ohne Pieks kommt die Therapie mit Tropfen aus. Weiterer Vorteil: Alle Arten von Pollenallergien lassen sich auf diese Weise behandeln, dazu Milben-, Tierhaar- und Schimmelpilzallergien. Wer viel unterwegs ist und nicht ständig wegen der Spritzenkur zum Arzt fahren kann, hat hier die praktische Lösung für unterwegs. Nur das regelmäßige Einnehmen ist wichtig. Allerdings müssen Sie sich hier tatsächlich auf die Zeit nach der Pollensaison einrichten. Täglich müssen Sie dann

über mehrere Wochen die Flüssigkeit unter die Zunge tropfen, wo sie zwei bis drei Minuten verbleibt und über die Mundschleimhaut einzieht. Danach können Sie das Präparat herunterschlucken.

Subkutane Immuntherapie

Der Klassiker der Hypersensibilisierung ist die Spritzentherapie. Die hilft zusätzlich zu den oben genannten auch gegen Allergien gegen Insektengifte. Hier bekommen Sie das jeweilige Allergen zu Beginn wöchentlich einmal unter die Haut gespritzt. Die zunächst niedrige Dosierung wird langsam gesteigert. Danach tritt die zweite Phase der Behandlung ein, bei der nur noch alle vier bis acht Wochen Injektionen verabreicht werden. Dadurch lernt das Immunsystem langfristig nicht mehr auf das Allergen zu reagieren.

Fazit

Wenn Sie mitten in der Pollenflugperiode stecken, können Sie die Allergie nur bekämpfen, wenn Sie gegen Gräser- oder Roggenpollen allergisch sind. Dann helfen die neuen

Tabletten, die allerdings über einen langen Zeitraum geschluckt werden müssen. Ansonsten können Sie sich nur auf die Bekämpfung der Symptome beschränken. Auch hier haben sich Tabletten bewährt. Der Wirkstoff Ceterizin hilft gegen Augentränen und Naselaufen, weil er den Pollen nicht erlaubt, sich an den Körper anzudocken. Wer allerdings Probleme mit Tabletten hat, etwa wegen Magen- oder Leberproblemen, der kann sich auch mit Augentropfen und Nasenspray behelfen. Aber Achtung: Kombipackungen enthalten oft mindestens ein Produkt mit Konservierungsmitteln. Daher lieber einzeln kaufen und die Allergie gesünder bekämpfen! Apropos: Den Haushalt pollensicher machen, ist mit wenig Aufwand möglich. „Geübte“ Allergiker werden den Nutzen von Pollengittern und -filtern schnell zu schätzen wissen. Das Gute ist, dass die meisten Pollenallergien nur für die Zeit des Fluges anhalten, das sind meist weniger als zwei Monate. Nur wer gegen verschiedene Pflanzen allergisch ist, die über das Jahr verteilt blühen, hat länger Probleme. Hier lohnt sich eine Hypersensibilisierung in jedem Fall.

Weitere Ratgeberbroschüren bestellen

Wir halten für Sie über 50 weitere Ratgeberbroschüren mit interessanten und wertvollen Informationen für Ihren Alltag bereit. Selbstverständlich aktualisieren wir unser Angebot fortwährend für Sie. Übrigens - im Rahmen des BESSER LEBEN RATGEBER SERVICE können Sie sich jeden Monat kostenfrei eine weitere Broschüre zusenden lassen.

Wählen Sie aus diesen Kategorien:

- Rente & Vorsorge
- Gesundheit
- Beruf, Steuern und Finanzen
- Wellness & Ernährung
- Familie und Soziales

Alle verfügbaren Ratgeber können Sie ganz bequem einsehen auf unserer Internetseite **www.besser-leben-service.de**.

Alternativ stellt Ihnen unser Service Team die Ratgeber auch gern persönlich unter 030 - 231 888 394 vor. Wir freuen uns auf Ihren Anruf.



BESSER LEBEN RATGEBER SERVICE

Impressum:

GDI Gesellschaft für Digitale Informationsdienste mbH

Geschäftsführer: Jürgen Brockmann

Büro Leipzig: Lützowstraße 11 A, 04155 Leipzig

Büro Berlin: Oranienburger Straße 5, 10178 Berlin

Handelsregister: Amtsgericht Leipzig, HRB 16737

USt-ID: DE 209803796