

# Zecken

## Wo halten sich Zecken auf?

Zecken leben in Bodennähe. Sie „lauern“ auf Gräsern, Sträuchern und im Unterholz, sie lassen sich nicht, wie oft behauptet wird, von Bäumen fallen. Sie werden durch Schweissgeruch und Wärme der Haut angelockt.

Bedeckende Kleidung ist daher sinnvoll.

Wir streifen die Zecken an Wegrändern, Wiesen, aber auch in Gärten und Parks beim Vorbeigehen ab.

Zecken sind vom Frühjahr bis zum Spätherbst (November) aktiv.

Zecken tragen viele verschiedene Krankheitserreger in sich. Beim Blutsaugen können sie daher Viren und Bakterien übertragen.

Zecken übertragen in Europa vor allem die Borreliose und die Hirnhaut-entzündung FSME (Frühsommer-Meningoenzephalitis). Die Borreliose wird durch ein Bakterium, die FSME-Erkrankung durch ein Virus verursacht. Beide Infektionen können zur Entzündung der Hirnhäute, des Gehirns, der Nerven und des Rückenmarks führen.

## An welchen Anzeichen kann ich die Erkrankungen erkennen?

FSME: Die FSME-Erkrankung beginnt häufig wie eine Grippe („Sommergrippe“) mit Fieber, Kopf- und Gliederschmerzen.

**BORRELIOSE:** Auffällig sind: mehrere Tage bestehende Rötung um die Bissstelle mit zunehmender Vergrößerung des Hofes, leichte Erhebung des Randes, später wird die Rötung in der Mitte blass. Diese Entwicklung kann über Monate hinweg andauern. Es kann ein dringender Hinweis auf eine Borreliose sein. Hier ist unbedingt Beratung durch den Arzt empfohlen.

## Wie kann ich mich vor Zecken schützen?

Einen gewissen Schutz vor Zeckenstichen bietet, wie schon erwähnt, geschlossene Kleidung.

Bei häufigem Zeckenbefall kann auch der zusätzliche Schutz von Insektenabwehrmitteln (z.B. Autan) sinnvoll sein, die vor und während des Aufenthaltes in der Natur, auf die unbedeckte Haut (Gesicht, Halsausschnitt, Ärmel- und Hosenbeinöffnungen) aufgetragen werden.

Zeckenstiche lassen sich jedoch damit nicht völlig verhindern. Suchen Sie Ihren Körper nach einem Aufenthalt in der Natur immer nach Zecken ab, z.B. nach einem Spaziergang oder Gartenarbeit. Bevorzugte Stellen sind Leistenbeugen, Geschlechtsbereich, Achseln und Kopf. Rückseite des Körpers nicht vergessen.

Zecken als Irrgäste im Haus: Oft befinden sie sich auch noch auf der Kleidung. Kleidung wechseln, zumindest ausschütteln, kontrollieren (auf heller Kleidung kann man sie relativ gut erkennen).

Die Erreger der Borreliose werden in der Regel erst einen Tag nach dem Beginn des Blutsaugens übertragen.

Deshalb besteht durch rechtzeitiges Entfernen die Möglichkeit, eine Borreliose zu verhindern. Das FSME-Virus wird sofort nach Beginn des Blutsaugens übertragen. Die Entfernung der Zecke bietet deshalb keinen Schutz vor der FSME!

## Was mache ich, wenn ich von einer Zecke gestochen werde?

Nach heutigem Wissen sollte weder Öl, noch Klebstoff, Alkohol oder Ähnliches vor dem Entfernen, auf die Zecke aufgebracht werden. Bei dieser Behandlung können zusätzliche Krankheitserreger durch die Stressreaktion der Zecke in den Blutkreislauf gelangen.

Die Zecke muss sofort entfernt werden!

Pinzette möglichst nahe an der Einbissstelle am Kopf der Zecke anlegen. Zecke ohne Drehung mit leichtem Zug, auf keinen Fall ruckartig, gerade aus der Haut ziehen.

Sie sollten dabei den Hinterleib der Zecke nicht quetschen oder zerdrücken, da sonst die Gefahr besteht, dass Darminhalt mit bakteriellen Krankheitserregern in die Wunde gelangt. Danach die Stelle des Zeckenbisses desinfizieren.

## Kann ich mich vor den Erkrankungen schützen?

Ja, vor der FSME-Erkrankung können Sie sich durch Impfung schützen. Da die FSME-Erkrankung nicht ursächlich mit Medikamenten behandelt werden kann, kommt der Impfung eine besondere Bedeutung zu. Die FSME-Impfung bietet den sichersten Schutz vor der Erkrankung. Eine Schutzimpfung gegen Borreliose gibt es nicht. Sie ist jedoch mit Antibiotika behandelbar. Die Behandlung damit sollte so früh wie möglich beginnen.

### **Wer sollte sich gegen die FSME-Erkrankung impfen lassen?**

Das Risiko einer FSME-Erkrankung ist nicht auf beruflich gefährdete Personen wie Förster, Waldarbeiter oder Landwirte beschränkt.

Ganz im Gegenteil: 90% der an FSME erkrankten Personen infizierten sich bei Freizeitaktivitäten. Zum Beispiel Wandern, Zelten, Joggen, Radfahren, Angeln, Schwimmen, Golfen, Reiten, Mountainbiken, im Garten arbeiten, Hund ausführen, Tennis spielen, Picknick, Pilze sammeln, Kajak fahren.....Die Impfung gegen FSME wird allen empfohlen, die in einem FSME-gefährdeten Gebiet wohnen, dorthin reisen, sich in der Natur aufhalten und damit Zeckenstichen ausgesetzt sind.

### **Wie lasse ich die FSME-Impfung durchführen?**

Für einen vollständigen Impfschutz brauchen Sie insgesamt 3 Teilimpfungen.

Wenn die Zeckengefahr am grössten ist, erreichen Sie mit nur

2 Teilimpfungen im Abstand von 14 Tagen nach dem Sommer-Impfschema einen schnellen Schutz (Schutzrate ca. 95%). Nach 9 – 12 Monaten vervollständigt die dritte Impfung Ihre Grundimmunisierung. Damit erreichen Sie den vollen Impfschutz für 3 – 5 Jahre.

### **Wie lange hält mein FSME-Schutz an?**

Auffrischimpfungen sind für den Erhalt Ihres Impfschutzes ausgesprochen wichtig. Eine Auffrischung des Impfschutzes ist nach Empfehlung der ständigen Impfkommision alle 3 – 5 Jahre erforderlich und erfolgt durch Gabe von nur einer einzelnen Impfdosis.