

ACHTUNG ZECKEN! HOCHSAISON DER BLUTSAUGER

Wenn draußen die Temperaturen steigen, beginnt auch die Zeckensaison. Die kleinen Blutsauger fallen nicht, wie so oft vermutet, von Bäumen auf den Menschen herab, sondern lauern im Unterholz, in Büschen oder im hohen Gras. Oft wird die Zecke bei einem Spaziergang in der Natur zufällig von einem Strauch abgestreift.

Zecken übertragen in Deutschland hauptsächlich zwei Krankheiten: Die Lyme-Borreliose und die Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME). Während die Übertragung von FSME-Erregern nur auf Risikogebiete beschränkt ist, sind Borrelien überall in Deutschland aktiv. Eine Ansteckung ist jedoch nur möglich, wenn eine Zecke Träger dieser Bakterien oder Viren ist.

Bei einer FSME-Infektion helfen keine Medikamente. Es gibt jedoch die Möglichkeit sich durch eine Impfung zu schützen. Sprechen Sie mit Ihrem Hausarzt darüber. Bei der Borreliose ist es genau umgekehrt: Die Krankheit kann gut mit Antibiotika behandelt werden. Einen Impfstoff gibt es jedoch nicht.

SERVICE

Das Robert Koch-Institut veröffentlicht jährlich eine aktuelle Karte der Hauptrisikogebiete auf der Internetseite

www.zecken.de

Schutz im Jagdrevier der Zecke

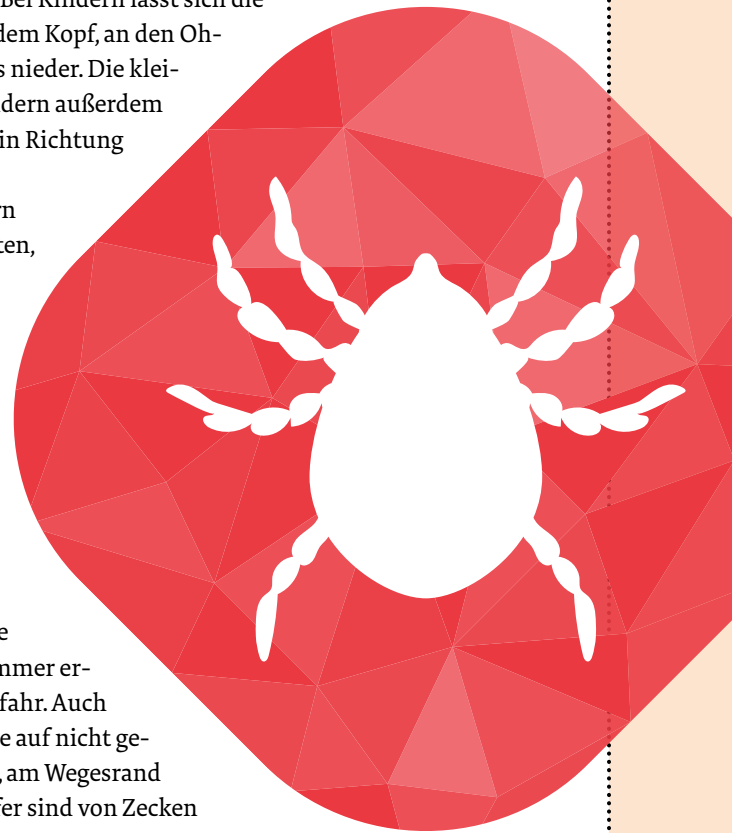
Zecken lieben weiche, gut durchblutete und dünne Hautstellen. Brust, Bauch und

Kniekehlen sind daher häufiger von einem Stich betroffen. Bei Kindern lässt sich die Zecke auch auf dem Kopf, an den Ohren und am Hals nieder. Die kleinen Biester wandern außerdem besonders gern in Richtung Hodensack.

Alle, die sich gern draußen aufhalten, bewegen sich zwangsläufig im Jagdrevier der Zecke.

In der Laubstreu im Wald fühlen sich Zecken besonders wohl. Abseits der befestigten Waldwege besteht daher immer erhöhte Zeckengefahr. Auch lange Grashalme auf nicht gemähten Wiesen, am Wegesrand oder am Flussufer sind von Zecken besiedelt. So können Sie sich schützen:

- Bleiben Sie bei Spaziergängen möglichst auf festen Wegen und meiden Sie Unterholz, hohes Gras und Hautkontakt zu bodennahen Gräsern.



- Ziehen Sie sich und Ihrem Kind beim Aufenthalt in Zeckengebieten eine lange Hose und feste Schuhe an.
- Achten Sie auf helle Kleidung, die den Körper bedeckt. So können Sie die Zecken leichter auffinden.
- Suchen Sie nach dem Aufenthalt in möglichen Zeckengebieten vor allem bei Kindern den Körper sorgfältig nach Zecken ab: Bevorzugte Saugstellen sind am Kopf und am Hals sowie unter den Armen, zwischen den Beinen und in den Kniekehlen.

Repellentien, die zur Abwehr auf die Haut oder die Kleidung aufgetragen werden, wehren die Blutsauger ab – der Schutz ist jedoch auf wenige Stunden begrenzt. Nach einem Aufenthalt im Freien sollte der Körper daher immer nach Zecken abgesucht und die getragene Kleidung nach Möglichkeit sofort bei mindestens 60 Grad Celsius gewaschen werden.

Die Zecke am Kopf packen – so geht's!

Hat es dennoch eine Zecke geschafft, in die Haut zu stechen, müssen Sie den Blutsauger sofort mit einer Zeckenpinzette entfernen. Das Risiko einer Borreliose-Infektion ist sehr gering, wenn Sie schnell aktiv werden. Das Bakterium „*Borrelia burgdorferi*“ gelangt erst 12 bis 24 Stunden nach dem Stich in unseren Blutkreislauf. Das FSME-Virus dringt hingegen direkt über den Spei-

So entfernen Sie die Zecke richtig

- Fassen sie die Zecke im Kopfbereich so nah wie möglich an der Haut – niemals am vollgesogenen Körper!
- Ziehen Sie die Zecke vorsichtig und mit gleichmäßigem Zug gerade heraus.
- Achten Sie darauf, dass die Zecke nicht gequetscht wird. Hierdurch können Krankheitserreger austreten.
- Bedecken Sie die Zecke keinesfalls mit Öl, Klebstoff oder Nagellack. Auch dies erhöht das Risiko einer Infektion.
- Desinfizieren Sie die Wunde nach Entfernen der Zecke sorgfältig.

chel der Zecke in unseren Körper ein.

Wer die Zecke nicht selbst entfernen möchte, sollte schleunigst einen Arzttermin vereinbaren. Haut- und Hausarzt sind die richtigen Ansprechpartner bei einem Zeckenstich.

Wie erkenne ich eine Infektion?

Treten etwa eine Woche nach dem Zeckenstich typische Beschwerden einer Sommergrippe auf, z.B. Fieber, Kopf- und Muskelschmerzen, kann dies auf eine FSME-Infektion hindeuten. Beobachten Sie eine Wanderröte im Bereich der Einstichstelle – sie breitet sich langsam von der Einstichstelle beginnend kreisförmig aus – ist dies ein erstes Zeichen für eine Borrelien-Infektion. Eine Borreliose kann durch die rechtzeitige Gabe von Antibiotika in der Regel wirksam be-

handelt werden. Ein Besuch bei Ihrem Haus- oder Kinderarzt ist in beiden Fällen dringend notwendig.

Tipps für unterwegs

Mit der App „ZeckTag“ auf dem Smartphone haben Sie alle Tipps zur Vorsorge und Zeckenentfernung immer dabei. Mit dem Zeckenbarometer können Sie auf einen Blick feststellen, ob Zecken in Ihrer Region aktiv sind. Rot heißt Gefahr, grün bedeutet Entspannung – zumindest in Sachen Zeckenaktivität.

Autorin: Verena Nittka

Quellen:

Robert Koch Institut (RKI): <https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/Z/Zecken/Zecken.html>

Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG): Zeckenstich. <https://www.gesundheitsinformation.de/zeckenstich.2084.de.html>

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA): Gefürchtete Blutsauger Zecken. <https://www.kindergesundheit-info.de/themen/krankes-kind/zecken-schutz>

Sprechen Sie uns gerne an, wenn Sie noch Fragen haben!

Praxisstempel