

## März - Oktober : Zeckenzeit

### Wie kommt es zum Zeckenstich?

Zecken, die Blut saugen möchten, klettern auf Gräser und Sträucher (bis zu 1,5m hoch). Kommt ein Lebewesen vorbei und berührt die Zecke, hält sie sich dort fest. Hierzu genügt bereits ein Sekundenbruchteile dauernder Kontakt.

Die Zecke sucht jetzt eine geeignete, gut durchblutete Stelle zum Stechen, vor allem warme, feuchte, dünne Hautpartien. Die Suche kann u.U. mehrere Stunden dauern – eine gute Gelegenheit, die Zecke vorher zu entfernen –

Bevorzugte Einstichstellen sind die behaarte Kopfhaut, Ohren, Hals, Arm- und Kniebeugen sowie Hände und Füße.

Wegen der betäubenden Wirkung des Zeckenspeichels ist der Stich schmerzlos.

Verschiedenste Wirbeltiere werden von der Zecke befallen: Hasen, Igel, Rehwild, Hunde, Katzen, Vögel, Mäuse und der Mensch.

*Über ihren Speichel können Zecken bakterielle und virale Krankheitserreger von Tieren, vor allem von Mäusen, aufnehmen und auf den Menschen übertragen.*

### Welche Krankheiten werden durch Zecken übertragen?

Zu den gefährlichsten Erkrankungen zählen:

- die **Borreliose**, welche durch Bakterien verursacht wird. Zunächst kann eine bis zu handtellergroße Rötung der Haut um die Einstichstelle der Zecke auftreten. Im weiteren Verlauf kann es u.a. zu Gelenk- und Nervenentzündungen kommen, manchmal erst nach Jahren. Bis zu 1/3 der Zecken sind Träger dieses Bakteriums.
- die **FSME** (FrühSommerMeningoEnzephalitis), eine virusbedingte Erkrankung, die nur in bestimmten Risikogebieten auftritt. Etwa 10 Tage nach dem Stich einer infizierten Zecke kann eine fieberhafte Erkrankung mit Beteiligung der Hirnhäute und auch des Gehirns auftreten. Bis zu 1/3 aller an FSME erkrankten Personen behalten Dauerschäden am Zentralnervensystem zurück, bei bis zu 1% der Erkrankten führt FSME zum Tod.

### Wie kann ich mich vor diesen Krankheiten schützen?

Gegen *Borreliose* besteht z. Zt. keine geeignete Schutzimpfung. Erkrankte können jedoch mit Antibiotika behandelt werden.

Bereits seit mehreren Jahren ist eine allgemein gut verträgliche *Schutzimpfung gegen FSME* verfügbar. Hierdurch kann das Erkrankungsrisiko wirkungsvoll minimiert werden.

### Wie vermeide ich Zeckenstiche?

- durch das Tragen geschlossener, heller (Zecken sind besser sichtbar) Kleidung. Einreiben mit abwehrenden Mitteln (z.B. Autan) bietet zusätzlichen Schutz.
- Wege benutzen, dichtes Unterholz meiden
- Regelmäßig Körper und Kleidung absuchen, insbesondere nach Ende eines Aufenthaltes im Wald.

### Was tun bei einem Zeckenstich?

Die Zecke mit einer Pinzette möglichst nahe an der Haut greifen und nach hinten aus der Einstichstelle ziehen. Der Zug sollte etwa 60 Sekunden anhaltend sein. Dabei löst sich die Zecke meistens von allein aus der Haut. Die Zecke dabei nicht quetschen, knicken oder mit Öl, Alkohol usw. abtöten, weil sie dadurch vermehrt Speichel abgibt und so das Übertragungsrisiko von Krankheiten steigt. Stichstelle und Hände anschließend desinfizieren.

Rötet oder entzündet sich die Einstichstelle in den kommenden Wochen, so suchen Sie unverzüglich einen Arzt auf.

**Wir wünschen einen zeckenfreien Sommer !**

Ihre HAUSARZTPRAXIS

**Dr. Beate Henschel**

**Doris Hammermeister - Bettina Ottmann**

