

### Was sind Zecken und wie erkenne ich sie?



Zecken sind Parasiten, die sich vom Blut eines Wirtes ernähren. Sie befallen Tiere und Menschen. Zecken halten sich im Gestrüpp, in hohen Gräsern und Farnen, an Wald- und Wegrändern sowie im Unterholz von Parkanlagen bis zu einer Höhe von etwa anderthalb Metern auf. Sie erkennen potenzielle Opfer an Erschütterungen, Körperwärme und Duftstoffen. Zecken lassen sich im Vorübergehen von der Pflanze abstreifen. Die weit verbreitete Ansicht, dass sich Zecken von Bäumen herabfallen lassen, trifft nicht zu.

Zecken werden erst an warmen Frühlings- und Sommertagen bei Temperaturen ab 10 Grad aktiv, in unseren Breitengraden also zwischen März und November. Ihre Hauptaktivität liegt im Mai, Juni und im September. Mit Vorliebe stechen sie vormittags und am frühen Abend.

Zecken lieben beim Menschen dünne, warme und feuchte Hautstellen - besonders die Kniekehlen, den Haaransatz und die Region zwischen den Beinen und unter den Armen.

### Warum müssen Zecken entfernt werden?



Die Zecken sind möglichst rasch zu entfernen, da sie Krankheitserreger übertragen können. Die Wichtigsten sind die Erreger der Lyme-Borreliose (Bakterien) und der Frühsommer-Meningoenzephalitis FSME (Viren).

Die Erreger der Lyme-Borreliose befinden sich nicht in den Speicheldrüsen, sondern im Mitteldarm der Zecke. Sie gelangen verzögert mit den Ausscheidungen der Zecke in den menschlichen Körper. Darum ist eine Übertragung in den ersten 12-24 Stunden nach dem Stechen der Zecke unwahrscheinlich. Eine Borreliose kann durch frühzeitiges Entfernen der Zecke verhindert werden. Gegen die Borreliose existiert keine Impfmöglichkeit, sie kann aber bei frühzeitiger Erkennung gut mit Antibiotika behandelt werden.

Die FSME-Erreger befinden sich in den Speicheldrüsen und werden beim Stich direkt übertragen. Eine Infektion kann deshalb durch rasches Entfernen der Zecke nicht vermieden werden. Das ist nur durch eine aktive Immunisierung möglich.

### Vorbeugen durch geschlossene Kleidung und Insektenschutzsprays

Ziehen Sie Ihren Kindern nach Möglichkeit geschlossene Kleidung mit langen Ärmeln und langen Hosen an. Da Zecken hauptsächlich im Unterholz und an Gräsern sitzen, ist es sinnvoll, die Socken über die Hosenbeine zu ziehen. Helle Kleidung ist günstiger als dunkle, da man Zecken darauf gut erkennen und noch vor einem Stich entfernen kann.

Insektenabweisende Mittel und Sprays wie z.B. Exopic, Antibrumm, etc. wirken gut während rund 4 Stunden. Sprühen Sie nicht den ganzen Körper ein, sondern nur unbedeckte Körperstellen.

### Am Abend Kinder duschen und absuchen



Nach einem Besuch im Freien in einem Zeckengebiet sollte man den ganzen Körper nach Zecken absuchen, idealerweise nach einer Dusche. Zecken suchen sich erst eine geeignete Stelle bevor sie stechen und krabbeln meist eine Zeit lang am Körper entlang. Sie bevorzugen dünne und warme Hautstellen, deshalb sollte man sich unter den Armen, in den Kniekehlen, am Hals, auf dem Kopf (vor allem bei Kindern) und in der Leistengegend besonders gründlich auf Zecken untersuchen.

### Wie wird eine Zecke richtig entfernt



Richtig entfernt wird die Zecke mit Hilfe einer Pinzette. Greifen Sie die Zecke so nah an der Haut, wie es Ihnen möglich ist. Dann ziehen Sie die Zecke langsam von der Einstichstelle weg. Der Zug sollte mindestens 60 Sekunden anhaltend sein, dann löst sich die Zecke meistens von allein aus der Haut. Oft muss man beim Ziehen erstaunlich viel Kraft aufwenden, da die Zecke mit Hilfe von Widerhaken fest im Gewebe sitzt. Nicht drehen, sonst besteht die Gefahr, dass sich der Kopf abtrennt. Der Zeckenkörper darf nicht gequetscht werden, da sonst

infektiöses Sekret über den Speichel in den Organismus gelangen kann.

Die Stichstelle und die Hände sollen nachher desinfiziert werden. In der Haut verbleibende Mundwerkzeuge werden binnen Tagen „abgestossen“. Geschieht dies nicht oder entzündet sich die Einstichstelle, sollte ein Arzt aufgesucht werden.

Das Datum des Stiches und die betroffene Körperstelle sollten notiert werden, sodass nach 3 Wochen eine Selbstkontrolle möglich ist.

### Bei Unsicherheiten und Fragen zum Arzt

Wenn Sie sich nicht sicher sind, ob Sie eine Zecke richtig entfernen können, sollten Sie sofort einen Arzt aufsuchen. Auch wenn Sie noch weitere Fragen haben, welche dieses Merkblatt nicht beantworten konnte, fragen Sie bitte Ihren Hausarzt. Insbesondere auch zur FSME-Impfung kann er Ihnen weiterhelfen.

