

# INFOBLATT zum Thema „ZECKEN“

Die Verbreitung von Zecken und Übertragung von Krankheitserregern durch Zeckenstiche nehmen zu. Freiburg und der Südschwarzwald gehören zu einem Hochrisikogebiet bzgl. der Übertragung von FSME. Deshalb sind folgende Informationen zum Schutz vor und Umgang mit Zeckenstichen wichtig.

## Wo leben Zecken?

Zecken sind im **Wald**, vor allem im Unterholz und an Sträuchern, aber auch auf **Wiesen** und in Parks anzutreffen. Sie sitzen **nicht** auf Bäumen und lassen sich dann auf ihr „Opfer“ herunterfallen, sondern sie sitzen an Grashalmen und Sträuchern und halten sich an vorbeistreichenden Tieren und Menschen fest. Zecken gibt es ganzjährig, aber besonders aktiv sind sie während der warmen Monate.

## Wie kommt es zum Zeckenstich?

Einmal auf einem Mensch oder Tier angekommen, krabbeln die Zecken erst noch einige Zeit auf ihrem Opfer herum und suchen eine warme und weiche Stelle am Körper (z.B. Achselhöhlen, Leistenbeugen, Kniekehlen, hinter dem Ohr) . Dort stechen sie unbemerkt und halten sich mit kleinen Widerhaken fest, um Blut zu saugen. Wenn sie mit dem Saugen nach vielen Stunden fertig sind, fallen sie wieder vom Körper ab. So kann es sein, dass ein Zeckenstich völlig unbemerkt bleibt.

## Welche Krankheiten können durch Zeckenstiche übertragen werden?

Nur ganz kurz: Bei uns sind dies vor allem die FSME (Frühsommer-Meningo-Enzephalitis) und die Lyme-Borreliose.

Die **FSME** ist eine durch Viren übertragene Infektion, die bis zu vier Wochen nach einem Zeckenstich v.a. bei Erwachsenen schwere neurologische Komplikationen (Hirnhaut- und Gehirnentzündung) haben kann. Eine Therapie gibt es nicht, aber eine vorbeugende Impfung.

Die **Borreliose** wird durch Bakterien übertragen und hat einen stadienhaften Ablauf. Im ersten Stadium *kann* sich eine runde, wachsende Hautrötung einige Tage bis Wochen nach dem Zeckenstich um die Einstichstelle bilden. In den weiteren Stadien kommt es zu neurologischen Symptomen (z.B. Gesichtslähmungen) und Gelenkentzündungen. Bei rechtzeitiger Diagnose lässt sich die Borreliose mit einem Antibiotikum therapieren. Eine Impfung gibt es nicht.

Nicht jede Zecke ist mit einem der Krankheitserreger infiziert, und nicht jede infizierte Zecke führt zwangsläufig zu einer Erkrankung beim Menschen. Die meisten Zeckenstiche und viele Infektionen bleiben folgenlos. Trotzdem: Schutz vor Zeckenstichen ist wichtig!

## Wie können wir uns und unsere Kinder vor Zeckenstichen bzw. deren Folgen schützen?

- Tragen von geschlossenen Schuhen und Kleidung mit langen Ärmeln und langen Hosenbeinen, am besten Strümpfe über die Hosenbeine ziehen. Am besten auch Halstuch und Mütze/Kappe tragen. Auf heller Kleidung sind herumkrabbelnde Zecken besser sichtbar.
- Für unsere Hobbit-Kinder stellen Gummistiefel und Buddelhosen auch im Sommer einen sehr guten Zeckenschutz dar. (Wegen des Spielens am Wasser sind sie sowieso notwendig.)
- Vorsicht bei hohem Gras, Gebüsch und Unterholz!
- Ev. Auftragen einer Zeckenschutzlotion mit ätherischen Ölen auf Hals, Nacken, Hand- und Fußgelenke. Damit soll vermieden werden, dass Zecken durch diese Kleidungsöffnungen auf den Körper gelangen.
- Ganz wichtig: Nach dem Aufenthalt im Freien den Körper nach Zecken absuchen, Kleider ausschütteln und Haare ausbürsten bzw. Kopfhaut absuchen. Oft können Zecken vom Körper „abgesammelt“ werden, bevor sie eine für sie geeignete Stelle zum Stechen gefunden haben. Je früher eine festsitzende Zecke entfernt wird, desto geringer ist die Infektionswahrscheinlichkeit für eine Borreliose!
- Für Erwachsene, die sich oft im Wald aufhalten, empfiehlt sich in unserer Region ev. durchaus eine Impfung gegen FSME.

## Was tun bei Zeckenstichen?

Zecken mit einer Pinzette oder Zeckenzange zügig **rausziehen**. Nicht mit Öl, Klebstoff o.ä. bestreichen. Dabei geraten vermehrt ev. vorhandene Erreger in den menschlichen Körper.

**Zu guter Letzt: Weder Panik noch Sorglosigkeit sind angebracht.** Wer diese wenigen Punkte beachtet, kann viel Spaß in Wald und Wiesen haben. Vor allem sollte unseren Kindern und ihren Eltern nicht die Freude an ihrer Waldspielgruppe und sonstigen Ausflügen genommen werden!