

Richtig vorbeugen!

- Hohes Gras, Farn und Unterholz möglichst meiden.
- Dicht schließende Kleidung tragen.
Dabei bieten glatte Stoffe weniger Halt.
Wenn möglich, Hosenbeine in Socken oder Stiefel stecken.
- Das Tragen heller Kleidung erleichtert das Absuchen nach Zecken.
- Den Kindern bei Bedarf Zeckenschutzmittel auftragen, nach 4 Stunden ggf. wiederholen. ¹
- Nach dem Aufenthalt in risikoreicher Umgebung (hohes Gras, Sträucher, Unterholz) die Kinder auf Zecken hin untersuchen.
- Die Eltern zur Gefahr eines Zeckenbisses informieren.
- Die Eltern bitten, morgens vor Verlassen des Hauses ihrem Kind ein Zeckenschutzmittel aufzutragen
Wirksame Zeckenmittel sind ggf. über die Stiftung Warentest in Erfahrung zu bringen.

Was Sie auf keinen Fall tun sollten!

Niemals die Zecke vor dem Entfernen mit Öl, Klebstoff, Alkohol oder anderen „Hausmitteln“ beträufeln. Diese Stoffe führen dazu, dass die Zecke vermehrt Speichel produziert oder sich erbricht, so dass der möglicherweise mit Borrelien verseuchte Darminhalt in die Wunde gelangt.

Wenn Sie Bedenken haben, die Zecke eigenhändig zu entfernen, suchen Sie hierzu bitte einen Arzt auf!

Natur entdecken ohne Zecken

Weitere hilfreiche Informationen zum Thema erhalten Sie u. a. bei:

*Borreliose und FSME Bund
Deutschland e.V.
www.borreliose-bund.de*

*oder bei den örtlichen
Gesundheitsämtern*



**Arbeitsgemeinschaft Evang. Ferien-
und Waldheime in Württemberg**

Hospitalhof, Büchsenstraße 33
70174 Stuttgart

Telefon: (0711) 2068-162
Fax: (0711) 2068-325
E-Mail: ferienwaldheime@elk-wue.de



Große Risiken für
kleine Eroberer



Natur
entdecken-
ohne
Zecken

Herausgegeben von der
Arbeitsgemeinschaft Evang. Ferien-
und Waldheime in Württemberg



Kinder lieben den Aufenthalt und das Spiel in freier Natur.

Dies ist auch gut so. Gerade im Ferienwaldheim gehören die großen und kleinen Entdeckungen in Wald und Flur zu den elementaren Erlebnissen der Kinder. Nach wie vor ist der Aufenthalt im Freien weitgehend ungefährlich. Gerade in Süddeutschland jedoch ist die Gefahr, welche von einem Zeckenbiss ausgeht, nicht zu unterschätzen. Diese Broschüre informiert über die Gefahren, gibt einen Überblick zu geeigneten Schutzmaßnahmen und hält Tipps für die Erstversorgung bei einem Zeckenbiss bereit.

Vermeidung ist der beste Gesundheitsschutz.

Die bedeutendste Zecke in unseren Regionen ist der „Holzbock“ *Ixodes ricinus*. Die Zecke besitzt kein Sehorgan und ist somit allein auf ihren Geruchssinn und ihre Klauenwerkzeuge angewiesen, mit denen sie sich in der Haut bzw. der Kleidung verhakt. Dass Zecken von Bäumen fallen, ist ein weit verbreitetes Gerücht. Zecken lauern ihre Opfer im hohen Gras und an bis zu 180 cm hohen Pflanzen auf. Dabei reagieren sie auf Erschütterungen, Körperwärme, Atem oder Duftstoffe.

Der bevorzugte Aufenthaltsort der Zecken bringt es mit sich, dass Zecken sich bei Erwachsenen häufig im Bereich der Beine abstreifen, während dies bei Kindern aufgrund ihrer geringeren Körpergröße verstärkt auch am Kopf bzw. Oberkörper der Fall ist. Für den eigentlichen „Biss“ bevorzugen die Blutsauger überwiegend warme und dünnhäutige Stellen wie Knie- und Ellenbeugen, Leisten- und Genitalbereich, Achselhöhlen oder den Haaransatz.

Tipps zur Vorbeugung:

- Hohes Gras, Farn und Unterholz möglichst meiden
- Dicht schließende Kleidung tragen. Dabei wenn möglich, Hosenbeine in Socken oder Stiefel stecken
- Das Tragen heller Kleidung erleichtert das Absuchen
- Glatte Stoffe bieten weniger Halt
- Zeckenschutzmittel auftragen -wirkt ca. 4 Std. - (Geeignete Schutzmittel ggf. über Stiftung Warentest)

Wenn die Zecke piesackt

Bei dem Saugvorgang, welcher bis zu mehreren Tagen dauern kann, hält der Speichel der Zecke die „Blutmahlzeit“ flüssig. Dieser Speichel kann hochgradig gefährliche Viren und Bakterien enthalten. Zu den gefährlichsten Erkrankungen zählen die **Borreliose** sowie die **Hirnhautentzündung (FSME)**, welche zu schweren, chronischen Folgeerkrankungen führen können. Dabei ist die Gefahr einer Borreliose - Erkrankung deutlich höher. Insgesamt wurden 25 verschiedene Krankheiten im Zusammenhang mit Zeckenbissen entdeckt.

Da Zeckenbisse schmerzfrei sind - der Speichel enthält u. a. auch betäubende Substanzen - bleiben sie häufig un bemerkt, was ihre Gefahr noch vergrößert.

Zecken-Borreliose

Die Borreliose ist in Deutschland die am häufigsten von Zecken übertragene Krankheit (jährlich bis zu 100.000 Fälle).

Etwa jede 3. - 5. Zecke ist davon befallen. Jedoch: Nicht jeder Stich führt zwangsläufig auch zu einer Infektion. Bei einer Infektion kann (nicht jedoch zwangsläufig) nach 7—10 Tagen eine runde, handtellergroße Hautrötung auf, welche sich kreisförmig ausbreitet (Wanderröte). Oft zeitgleich oder auch später zeigen sich grippeähnliche Symptome. Wird die Borreliose nicht in einem frühen Stadium behandelt, kann es nach Wochen und Monaten zu Entzündungen des Nervensystems und anderer Organe kommen. Diese werden häufig von Lähmungserscheinungen und einem Taubheitsgefühl begleitet.

Gegen die Borreliose-Erkrankung gibt es derzeit noch keine vorbeugende Schutzimpfung.



Die Zecken-Hirnhautentzündung (FSME)

Gegenüber der Borreliose-Erkrankung tritt die Zecken-Hirnhautentzündung deutlich weniger in Erscheinung. Mancherorts tragen bis zu zwei Prozent der Zecken den FSME-Erreger in sich. Süddeutschland zählt zu den besonders gefährdeten Gebieten. Stiche virustragender Zecken bleiben zu 90% folgenlos. Bei den übrigen 10% tritt eine Sommergrippe auf. Nur bei einem Teil der Erkrankten entzündet sich das Nervensystem. Dabei ist die Gefahr einer Hirnhautentzündung bei Erwachsenen größer als bei Kindern. Die FSME kann nur symptomatisch behandelt werden, jedoch gibt es eine Schutzimpfung.

Zecken entfernen und ggf. für Laboruntersuchungen aufbewahren.

Je früher eine Zecke entdeckt wird, desto geringer ist die Möglichkeit einer Übertragung durch Erreger. Während sich das FSME-Virus bereits beim Einstechen über den Zeckenspeichel überträgt, befinden sich Borrelien im Darminhalt der Zecke und werden somit erst nach einigen Stunden des Saugvorgangs übertragen.

Mit einer Zeckenpinzette mit gebogenem Kopf ist die sachgerechte Entfernung einer Zecke nicht allzu schwierig. (Zeckenzangen sind nicht empfehlenswert)

Dabei die Zecke beim Entfernen nahe der Haut greifen und langsam mit gleich bleibender Bewegung gerade nach oben heraus ziehen. Wer keine Zeckenpinzette zur Hand hat, kann in Ausnahmefällen die Zecke auch mit spitzen Fingernägeln entfernen. Hierzu die Zecke so nah es geht an der Einstichstelle fassen, ohne die voll gesogene Zecke dabei zu zerquetschen. Sollten kleine Teile der Zecke nicht entfernt werden können, so muss nur

dann ein Arzt aufgesucht werden, wenn sich diese Stelle entzündet. Ansonsten kann zunächst abgewartet werden.

Hinweis: Die entfernte Zecke kann in einem Tempotaschentuch für evtl. Laboruntersuchungen –mit Tesafilm umschlossen– mit nach Hause gegeben werden. Die Zecke bitte nicht auf ein Blatt Papier kleben (verfälscht evtl. Laborergebnisse).

