



Gesundheitsschädigung vermeiden:

## ZECKENSTICH – WAS TUN?

Zecken sind ganzjährig ab einer Temperatur von 8 Grad Celsius aktiv, treten aber von Frühling bis Herbst besonders häufig auf. Wir beantworten die häufigsten Fragen rund um den Zeckenbiss.

### ▲ Welche Krankheiten können von Zecken übertragen werden und wie erkennt man sie?

Auch wenn ein Zeckenstich nicht unbedingt auch eine Erkrankung bedeutet, können doch eine Vielzahl von Infektionskrankheiten durch Zecken übertragen werden. Diese beiden sind die häufigsten:

- **FSME (Frühsommer-Meningoenzephalitis)**

Der Erreger kann eine Gehirnhautentzündung auslösen. Die ersten Symptome treten 7-14 Tage nach dem Stich auf, können sich aber auch erst viel später bemerkbar machen. Typisch für eine FSME-Übertragung sind Fieber, Müdigkeit, Kopf- und Gliederschmerzen, die nach einigen Tagen von alleine ausheilen. Für viele Patienten ist die Krankheit damit überstanden, bei bis zu 15% kommt es allerdings zu einer zweiten Krankheitsphase. Diese verläuft so schwer, dass ein Krankenhausaufenthalt nötig ist. Suchen Sie daher bei Verdacht auf FSME rechtzeitig einen Arzt/eine Ärztin auf.

- **Lyme-Borreliose**

Borreliose hat vielfältige Symptome, weshalb sie oft schwer zu erkennen ist. Typisch sind Rötungen der Haut oder grippeähnliche Symptome. In mehr als der Hälfte der Fälle tritt die charakteristische Wanderröte rund um den Zeckenstich auf, wobei die Stichstelle selbst nicht gerötet ist. Bei Verdacht auf Borreliose sollten Sie schnellstmöglich ärztliche Beratung einholen.

### ▲ Wie kann ich mich schützen?

Beim Aufenthalt in Wäldern, Buschwerken und auf Wiesen bietet Kleidung mit langen Hosenbeinen und langen Ärmeln guten Schutz. Außerdem empfiehlt sich eine Impfung gegen FSME, auch die regelmäßige Auffrischung ist wichtig.

Gegen Borreliose gibt es keine Impfung.

Nach dem Aufenthalt in der freien Natur ist das genaue Absuchen des Körpers eine wichtige Schutzmaßnahme. Zecken stechen gerne dünne und gut durchblutete Hautpartien - bei Erwachsenen in Kniekehlen, Bauch- oder Lendenbereich, bei Kindern häufig am Haaransatz bzw. Kopf.



### ▲ Ich wurde gestochen – wie verhalte ich mich?

Lösen Sie die Zecke mit einer Pinzette so rasch wie möglich vorsichtig, nicht ruckartig, aus der Haut. Die Zecke soll dabei nicht gedreht werden. Hausmittel wie Öl, Zahnpasta oder Alkohol sollten Sie tunlichst vermeiden, diese helfen nicht, sondern können die Situation sogar verschlechtern. Desinfizieren Sie nach dem Entfernen der Zecke die Einstichstelle und beobachten Sie die Körperstelle für einige Tage.



Weitere Informationen erhalten Sie unter