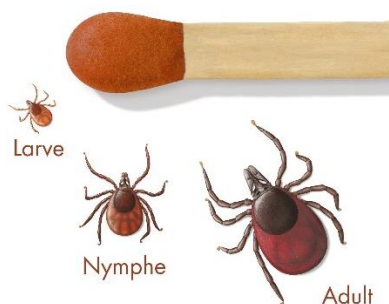


Start in die Wandersaison:

Schutz vor Zecken



Zeckenstiche sind tückisch, weil sie meist unbemerkt bleiben. Der Grund: Zeckenspeichel enthält betäubende Substanzen. Gefahr droht bei infizierten Zecken, die Borrelien (Bakterien) oder Viren übertragen. Die Borreliose kann verschiedene Organe betreffen: Haut, Nervensystem oder Gelenke. Zu Borreliose-Fällen kommt es in Deutschland (je nach Region) jährlich bei 25 bis 100 Menschen pro 100.000 Einwohnern, in Österreich bei 150 bis 300 Menschen pro 100.000.



Bakterien oder Viren?

Seltener übertragen Zecken Viren, die verschiedene Formen von Hirnhautentzündung auslösen – zusammengefasst unter der Bezeichnung Frühsommer-Meningo-Enzephalitis (FSME). Anders als gegen Borreliose-Bakterien, die häufig mit Antibiotika behandelt werden, gibt es bei der FSME keine spezifische Behandlung. Allerdings kann man einer FSME-Erkrankung durch eine Impfung vorbeugen, besonders für Menschen empfehlenswert, die täglich oder im Urlaub in typischen Verbreitungsgebieten der FSME-Viren unterwegs sind. Derzeit gelten große Teile Bayerns, Baden-Württembergs sowie Teile Südhessens und Thüringens als FSME-Risikogebiete, aber auch Regionen in Österreich, der Schweiz und weite Teile Osteuropas. In Risikogebieten sind zwar nur etwa zwei Prozent der Zecken mit dem Virus infiziert und nicht jede Infektion führt automatisch zu einer Erkrankung. Dennoch ist nach Angaben eines ärztlichen Fortbildungsmagazins von 2017 die Zahl der FSME-Fälle in Deutschland von 2015 auf 2016 um 59 Prozent gestiegen – 2016 wurden 351 Erkrankungen gemeldet.

Vorbeugen ist besser als behandeln

Die beste Vorbeugung ist, Stiche zu vermeiden. Im Fall von Zecken heißt das, möglichst nicht „barbeinig“ durch hohes Gras, Gebüsch oder Unterholz streifen. Und auch wenn in die Strümpfe gestopfte Hosen erst einmal gut schützen: Die Tierchen können auf der Kleidung ein gutes Stück entlangwandern, um an die Haut zu gelangen. Spätestens am Abend sollte der gesamte Körper nach Zecken abgesucht werden – nicht nur unbedeckte Haut, sondern auch Kopfhaut, Achselhöhlen und Genitalregion.

Zecken richtig entfernen

- Zecke sofort aus der Haut entfernen – am besten mit einer speziellen Zeckenzange, einer spitzen Pinzette, zur Not mit einer Nadel oder einem scharfen Messer
- Zecke möglichst hautnah, also noch vor dem eigentlichen Körper, an den Mundwerkzeugen fassen und unter leichtem Rütteln herausziehen
- keine Panik, wenn Reste der Zecke zurückbleiben – solche Teile des Stechapparates stellen kein erhöhtes Gesundheitsrisiko dar
- drehen macht keinen Sinn, da das Halte-Organ nicht wie ein Gewinde aufgebaut ist
- wichtig: den Körper der Zecke so wenig wie möglich drücken!
- kein Öl oder Klebstoff auf die Zecke geben – dadurch wird sie irritiert und sondert mehr Speichel ab, was das Risiko einer Übertragung von Erregern erhöht
- im Zweifelsfall einen Arzt aufsuchen