

## **Zeckenrisiko**

Als potenzieller Krankheitsüberträger der Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME) und der Borreliose kann die Zecke Gesundheitsschäden verursachen. Beim Stechen können Viren und Bakterien (Borreliose) direkt mit dem Speichel der Zecke auf das Opfer übertragen werden.

Das Risiko eines Zeckenstiches lässt sich jedoch schon mit einfachen Verhaltensweisen vermindern:

- Im Wald, in Gärten und an Wegrändern Gestrüpp und Unterholz meiden, um keine Zecken abzustreifen.
- Geschlossene Kleidung von heller Farbe tragen (so können Zecken entdeckt und entfernt werden, bevor sie auf die Haut gelangen).
- Zeckenschutzmittel für Haut und Kleider benutzen.
- Nach Aufenthalt im Wald oder im Garten Körper nach Zecken absuchen.
- Falls eine Zecke gefunden wird: Schnell mit einem geeigneten Instrument entfernen (spitze Pinzette, spezielle Zeckenzange). Eine Vorbehandlung mit Gel, Feuer, Öl oder Zerquetschen ist unbedingt zu unterlassen. Dadurch werden die Erreger erst recht übertragen. Stichstelle gut desinfizieren. Dies verhindert allerdings keine Krankheitsübertragung.
- Zeckenstich sorgfältig dokumentieren:  
1. Wann erfolgte der mutmassliche Befall? 2. Wo erfolgte der mutmassliche Befall? 3. Wann wurde die Zecke entfernt. Stichstelle in den folgenden Tagen und Wochen gut beobachten.

## **Krankheiten**

- Zecken können FSME (Hirnhautentzündungen) oder Lyme-Borreliose übertragen.
- Die FSME (Hirnhautentzündung) ist weniger häufig, befällt ausschliesslich das Nervensystem und kann bleibende Schäden verursachen. Sie kommt vor allem in Risikogebieten (Naturherden) vor, zu denen auch das Zürcher Oberland gehört.
- Die Lyme-Borreliose ist ca. 500 x häufiger und kann überall von den Zecken übertragen werden. Die Krankheit kann zahlreiche Organe wie Haut, Gelenke, Nervensystem etc. befallen, akut oder chronisch verlaufen und auch Allgemeinsymptome wie Müdigkeit und Unwohlsein verursachen.
- Nach einem Stich können im Verlauf der nächsten Tage oder Wochen Hautsymptome wie Rötungen, die sich kreisförmig ausbreiten, Lähmungen im Gesicht sowie grippeähnliche Krankheitszeichen wie Gelenkschmerzen, Fieber, Kopfschmerzen etc. auftreten. In solchen Fällen (auch im Zweifelsfall) sollte unbedingt der Kinder- oder Hausarzt aufgesucht und über das Datum des Zeckenstichs orientiert werden.

## **Impfungen**

Für die FSME steht eine aktive Schutzimpfung zur Verfügung. Alle erwachsenen Personen sowie Kinder im Allgemeinen ab 6 Jahren, welche in den Endemiegebieten wohnen oder sich dort zeitweise aufhalten, sollten sich gegen FSME impfen lassen. Besprechen Sie die Impfung gegen FSME mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt. Diese können Ihnen weitere detaillierte Informationen geben und Ihr Expositionsrisiko beurteilen.

Gegen Lyme-Borreliose kann man nicht geimpft werden. Eine Behandlung mit Antibiotika ist jedoch nach der Infizierung möglich und notwendig, um Spätfolgen zu vermeiden.