



Merkblatt „Zecken“

Wo sind Zecken anzutreffen?

Zecken kommen weltweit vor, in Deutschland in allen Gegenden bis zu einer Höhe von ca. 2.000 m in freier Natur (Wiesen, Wald, Buschwerk) sowie in Parks und Gärten. Sie sind bereits ab einer Außentemperatur von etwa 10° C aktiv.

Zecken lassen sich von vorbeikommenden Menschen oder Tieren abstreifen und suchen sich dann für das Blutsaugen günstige Körperregionen wie Kniekehle, Leistenbeuge, Achselhöhle oder Haaransatz.

Welche Erkrankungen können durch Zecken übertragen werden?

Die Lyme-Borreliose ist eine bakterielle Erkrankung, die über die gesamte Nordhalbkugel verbreitet ist. Bis zu sechs Wochen nach dem Zeckenstich kann sich eine ringförmige Hautrötung als „Wanderröte“ um die Stichstelle ausbreiten; dies ist beweisend für eine Borrelieninfektion. In diesem Fall muss ein Arzt aufgesucht werden! Das Fehlen der Wanderröte schließt allerdings eine Borrelieninfektion nicht aus. Die Infektion kann sich auch im Auftreten von Allgemeinsymptomen wie Müdigkeit, Kopfschmerz, Fieber, Muskel- und Gelenkschmerzen äußern. Eine unbehandelte Lyme-Borreliose kann noch mehrere Monate nach dem Zeckenstich zu Nervenentzündungen, Hirnhautentzündung sowie Lähmungen führen. Auch nach Jahren können Erkrankungen der Haut, des Herzmuskels und des Nervensystems oder Gelenkentzündungen auftreten.

Die Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME) tritt in Deutschland wesentlich seltener auf als die Lyme-Borreliose. Es handelt sich dabei um eine Viruserkrankung, die nur in bestimmten Gebieten vorkommt.

FSME äußert sich nach ein bis zwei Wochen in grippeähnlichen Symptomen wie Fieber und Kopf- und Gliederschmerzen. Bei etwa einem Drittel der Erkrankten kommt es im weiteren Krankheitsverlauf zu Entzündungen des Nervensystems. Kinder erkranken nur sehr selten schwer.

Wie kann man sich vor einer Erkrankung schützen?

Bei einem Aufenthalt im Freien (s. o.) sollte möglichst körperbedeckende und eng anliegende Kleidung und festes Schuhwerk getragen werden. Auch zeckenabweisende Hautschutzmittel können hilfreich sein. Die wichtigste Maßnahme ist jedoch das gründliche Absuchen nach Zecken sowohl am Körper als auch in der Kleidung nach einem Ausflug o. ä. Wenn möglich, sollte die Kleidung gewaschen werden. Wenn die Zecke innerhalb von zwölf Stunden nach einem Stich entfernt wird, ist das Infektionsrisiko durch Borrelien gering. Vor dem Aufenthalt in einem FSME-Risikogebiet ist u. U. eine Schutzimpfung zu empfehlen. Ein Impfstoff für Menschen gegen Lyme-Borreliose ist nicht verfügbar.

Wie kann eine Zecke entfernt werden?

Eine festgesaugte Zecke sollte sofort nach ihrer Entdeckung mit einer Zeckenkarte, einer Pinzette oder einer Zeckenzange so nah wie möglich an der Haut gefasst, vorsichtig gelockert und langsam nach oben herausgezogen werden. Sie darf dabei nicht zerdrückt werden. Die Verwendung von „Hausmitteln“ wie z. B. Öl, Nagellack oder Klebstoff ist unbedingt zu unterlassen. Wenn möglich, ist die Stichstelle anschließend zu desinfizieren. Bleibt ein Teil der Zecke in der Haut zurück oder entzündet sich die Einstichstelle, muss ein Arzt aufgesucht werden.