

Kassel, den 12.03.2026

Zecken

Kleine Blutsauger – ernstes Gesundheitsrisiko

„Das kleine Tier kann mir doch nichts anhaben.“ Aussagen wie diese sind keine Seltenheit, wenn es um Zecken geht. Dabei wird die Gefahr, durch ihren Stich an Borreliose oder FSME zu erkranken, oft unterschätzt.

Zecken beißen nicht, sie stechen – auch wenn umgangssprachlich oft vom „Zeckenbiss“ die Rede ist. Sie besitzen einen Stechrüssel mit Widerhaken. Mit diesem durchdringen sie die Haut des Menschen und verankern sich, um Blut zu saugen. Dabei können Infektionserreger übertragen werden, die zu Erkrankungen führen können.

Wann und wo kommen Zecken vor?

Zecken sind inzwischen ganzjährig zum Risiko geworden. Zwar lauern sie hauptsächlich in der wärmeren Jahreszeit, also von März bis Oktober, in der Natur auf Nahrung. Aber auch im Winter können sie bei milden Temperaturen aktiv sein. Die Parasiten warten überwiegend an Wald- und Wegesrändern, im lichten Unterholz, in Gebüsch, an feuchten Ufern und im hohen Gras auf Tiere oder Menschen. Sie heften sich an sie, um sie zu stechen.

Wen sticht die Zecke und wie?

Gefährdet sind grundsätzlich alle Personen, die sich in der Natur aufhalten. Daher gelten Landwirte, Gärtner bei der Grünpflege, Wald- und Forstarbeiter, Förster, Freizeitsportler und Urlauber als besonders gefährdet.

Zecken lassen sich zum Beispiel im Vorbeigehen von Gräsern und Sträuchern abstreifen. Gerne heften sie sich dabei an unbedeckte Körperteile, aber auch an Kleidung. Grundsätzlich können Zecken überall am Körper zustechen, sie suchen sich jedoch eine geeignete Einstichstelle (zum Beispiel Bauch- und Brustregion oder Kniekehle).

Mit dem Stich gibt die Zecke eine betäubende Substanz ab, sodass dieser meist nicht bemerkt wird. Anschließend verhakt sie sich in der Haut ihres Opfers.

Zecken können Auslöser sein für

- die Borreliose, hervorgerufen durch Bakterien
- die Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME), verursacht durch Viren
- weitere bakterielle und virale Erkrankungen



Borreliose

Die Gefahr, sich mit Borrelien zu infizieren, besteht in allen Teilen Deutschlands. Doch auch wenn viele Zecken mit diesen Bakterien infiziert sind, bedeutet dies nicht, dass jeder Stich zwangsläufig zu einer Erkrankung führt.

Im Gegensatz zur FSME gibt es gegen Borreliose keinen Impfstoff. Man kann also nur, so gut es geht, vermeiden, dass man gestochen wird. Kommt es dennoch zu einem Stich, muss die Zecke rasch entfernt werden. Denn je länger sie Blut saugt, desto höher ist das Infektionsrisiko. Etwa zwölf Stunden nach dem Einstich beginnt die Übertragung der Borrelien-Bakterien, wohingegen FSME-Viren sofort nach dem Stich übertragen werden.

Die Borreliose lässt sich in folgende Stadien einteilen:

- Im frühen Stadium kommt es bei 80 bis 90 Prozent der Patienten zu einer lokalen Wanderröte. Hierbei bildet sich um die Einstichstelle ein geröteter Ring, der nach innen hin blasser wird. Dieser kann weiter über den Körper wandern, sich vergrößern und sich über mehrere Körperregionen ausbreiten. Vereinzelt kommt es auch zu mehreren dieser Stellen am Körper. Gelegentlich entsteht ein kleiner Knoten (sog. Lymphozytom) an der Einstichstelle. Die Wanderröte sowie begleitende Allgemeinsymptome wie Krankheitsgefühl, Gelenkschmerzen, Muskelschmerzen, Fieber oder Nachtschweiß können wenige Tage bis Wochen nach der Borrelieninfektion auftreten. Sowie sich solche Symptome zeigen, sollte sofort ein Arzt aufgesucht werden.
- Wenige Wochen bis Monate nach dem Zeckenstich kann sich die Infektion auf Organe auswirken. Überwiegend betroffen sind hiervon das Nervensystem (Neuroborreliose), die Gelenke und das Herz. Nur 20 bis 50 Prozent der Patienten mit Neuroborreliose haben vorher eine Wanderröte bemerkt.
- In seltenen Fällen kann es noch nach Monaten oder sogar Jahren zu einer späten bzw. chronischen Manifestation mit Beteiligung der Haut, des Nervensystems und der Gelenke kommen.

FSME

Die FSME ist eine akute Entzündung des Gehirns, des Rückenmarks und der Hirnhäute. Sie wird durch das FSME-Virus verursacht. Das Robert-Koch-Institut hat jene Landkreise als Risikogebiete definiert, in denen ein erhöhtes Infektionsrisiko durch periodische Erkrankungsfälle belegt ist. Weitere Informationen sowie eine aktuelle Karte der FSME-Risikogebiete in Deutschland stehen auf der Internetseite www.rki.de/fsme.

Die FSME verläuft typischerweise in zwei Phasen:

- Eine bis drei Wochen nach dem Zeckenstich treten ein allgemeines Krankheitsgefühl, Kopfschmerzen, Fieber und gelegentlich auch Bauchschmerzen auf.
- Nach vorübergehender Besserung kann es wenige Tage später zu einem erneuten Fieberanstieg kommen. Es kann sich eine Hirnhautentzündung (Meningitis), Gehirnentzündung (Enzephalitis) oder Rückenmarksentzündung (Myelitis) entwickeln. Symptome sind Kopfschmerzen, Nackensteife, Bewusstseinsstörungen und Lähmungen.



Ein hoher Teil der FSME-Infektionen verläuft jedoch asymptomatisch oder die zweite Phase bleibt ganz aus. Aus bisher unerforschten Gründen verläuft die FSME mit zunehmendem Alter der betroffenen Person meist schwerer. Da lebenslang bleibende Schäden möglich sind, ist es umso wichtiger, Zeckenstiche durch geeignete Schutzmaßnahmen zu verhindern.

Gegen FSME kann man sich impfen lassen. Personen, die in den Risikogebieten wohnen, dort arbeiten oder Urlaub machen, wird diese Impfung empfohlen.

Berufskrankheit

In der Berufskrankheiten-Statistik der SVLFG spielen Borreliose und FSME bei den „Von Tieren auf Menschen übertragbare Krankheiten“ (Berufskrankheit Nr. 3102 der Anlage zur Berufskrankheiten-Verordnung – BKV) eine große Rolle. Bei den angezeigten Berufskrankheiten liegt die Borreliose mit 65 Prozent im Mittelwert der Jahre 2020 bis 2024 auf dem vorersten Platz, gefolgt von Hautpilzerkrankungen (17 Prozent) und weiteren Zoonosen (14 Prozent). Die FSME macht vier Prozent der Fälle aus.

Informieren und vorbeugen

Beschäftigte zu informieren und zu sensibilisieren, ist von zentraler Bedeutung. Unternehmerinnen und Unternehmer haben ihre Beschäftigten mittels einer Gefährdungsbeurteilung zu unterweisen.

Wer in einem Risikogebiet arbeitet oder plant, dort seinen Urlaub zu verbringen, sollte sich rechtzeitig gegen FSME impfen lassen.

Dichte, geschlossene und möglichst helle Kleidung sowie eine Kopfbedeckung schützen gegen Zeckenstiche. Für einen dichten Abschluss von Hose und Schuhwerk kann eine Gamasche dienen. Die Kleidung sollte während und der Körper nach dem Aufenthalt im Freien nach Zecken abgesucht werden. Zusätzlich können Zeckenabwehrmittel (Repellentien) sowie mit Permethrin behandelte Kleidung (zum Beispiel Gamaschen) verwendet werden.

Um nach Zeckenstichen schnell reagieren zu können, sollte der Erste-Hilfe-Kasten um einen geeigneten Zeckenentferner, zum Beispiel eine gebogene College-Pinzette oder eine Zeckenkarte sowie um ein Desinfektionsmittel zur Behandlung der Stichstelle ergänzt werden.

Richtig reagieren

Sollte es dennoch zu einem Zeckenstich gekommen sein, gilt Folgendes:

- Zecke möglichst rasch und ohne zu quetschen mit einem Zeckenentferner, der an die Größe des Tieres bzw. dessen Entwicklungsstadium angepasst ist, entfernen.
- Anschließend Hände und Zeckenentferner desinfizieren.
- Stichstelle desinfizieren und mit einem Stift markieren, um sie wiederzufinden.
- Stichstelle über einen Zeitraum von bis zu vier Wochen kontinuierlich beobachten.
- Alternativ ein Foto vom Zeckenstich aufnehmen, auf dem die betroffene Körperregion deutlich zu erkennen ist.
- Nachdem die Zecke entfernt ist, dies in einem Meldeblock dokumentieren.



- Auf Wanderröte sowie grippale Symptome (Kopfschmerzen, Fieber, Muskelschmerzen) achten und bei deren Auftreten (auch nach Wochen) sofort zum Arzt gehen.

Weitere Informationen

Alle Gefährdungen und Schutzmaßnahmen stehen auch in den Informationsschriften B.01.06 „Borrelien“ und B.01.07 „FSME-Virus“. Diese sind abrufbar über die Internetseite www.svlfg.de/biologische-arbeitsstoffe. Das Faltblatt F28 „Achtung, Zecken!“ ist verfügbar über den Link www.svlfg.de/f28.

SVLFG

sicher & gesund aus einer Hand

Die Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau – kurz SVLFG – ist der Verbundträger der Landwirtschaftlichen Berufsgenossenschaft, Alters-, Kranken- und Pflegekasse. Durch die berufsständische Selbstverwaltung ist die direkte Mitwirkung der Versicherten sichergestellt. Mit den Kenntnissen über die besonderen Bedürfnisse der Versicherten und deren Betriebe trägt die SVLFG als Partner im ländlichen Raum zur größtmöglichen Arbeitssicherheit bei und unterstützt bei einer gesundheitsfördernden Lebensweise. Zu den herausragenden, übergreifenden Leistungen gehören die Betriebs- und Haushaltshilfe und speziell auf die Grüne Branche zugeschnittene Gesundheitsangebote. Die SVLFG zeichnet sich durch wirkungsvolle, versicherungszweigübergreifende Präventionsarbeit aus.



Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau

Weißensteinstraße 70 – 72, 34131 Kassel
Telefon: 0561 785-0, E-Mail: kommunikation@svlfg.de
Internet: www.svlfg.de

Pressesprecherin:
Martina Opfermann-Kersten Telefon: 0561 785-16183