

Empfohlene Schutzmaßnahmen:

- Zeckenabwehrmittel, sogenannte Repellentien, benutzen (Schutzdauer gemäß Herstellerangaben beachten).
- Dichte, geschlossene, möglichst helle Kleidung und Kopfbedeckung tragen.
- Kleidung während und Körper nach der Arbeit nach Zecken absuchen.
- Erste-Hilfe-Kasten z. B. um eine Pinzette sowie um ein Desinfektionsmittel zur Behandlung der Stichstelle ergänzen.
- FSME kann sofort nach dem Stich, Borreliose nach einigen Stunden übertragen werden. Daher Zecke nach einem Stich möglichst rasch und ohne zu quetschen entfernen (Zeckenzange, Pinzette, Zeckenkarte, Zeckenlasso, Fingernagel); **kein** Klebstoff, Terpentin, Öl oder Ähnliches verwenden.
- Stichstelle und Hände desinfizieren.
- Zeckenstich ins Verbandbuch eintragen (Datum und betroffene Hautpartie, Tätigkeit, Datum Zeckenenentfernung – Entfernung selbständig oder mit Arzt ggf. Anschrift).
- Stichstelle markieren und 6 Wochen beobachten.
- Auf Symptome, wie Wanderröte und grip-pale Symptome (Kopfschmerzen, Fieber, Muskelschmerzen) achten und bei Auftreten (auch nach Wochen!) sofort zum Arzt gehen.
- Wohnen oder arbeiten Sie in FSME-Risikogebieten oder beabsichtigen Sie, dort Urlaub zu machen? Lassen Sie sich rechtzeitig gegen FSME impfen. Zur Impfung sprechen Sie bitte mit Ihrem Arzt.

**Dichte, geschlossene Kleidung tragen!****Zecken zügig entfernen!****Herausgeber:**

Sozialversicherung für Landwirtschaft,
Forsten und Gartenbau

Weißensteinstraße 70-72
34131 Kassel

☎ 0561 785-0
www.svlfg.de

Stand: 8/2019



sicher & gesund

Zecken:
Der richtige Schutz

Zecken gehören zu den Spinnentieren und ernähren sich vom Blut der Tiere oder Menschen, die sie stechen.

Wann und wo kommen Zecken vor?

Vor allem in der warmen Jahreszeit zwischen März und Oktober lauern Zecken in der freien Natur. An Wald- und Wegrändern, im lichten Unterholz, in Gebüsch, an feuchten Bachufern und im hohen Gras halten sich die Zecken überwiegend auf und warten auf Tiere oder Menschen, an die sie sich heften und die sie stechen.

Wen sticht die Zecke und wie?

Besonders gefährdet sind Personen, die sich aus beruflichen Gründen oder während Freizeitaktivitäten oft in der Natur aufhalten, insbesondere landwirtschaftliche Unternehmer, Wald- und Forstarbeiter, Förster, Freizeitsportler und Urlauber. Grundsätzlich kann jedoch jeder von einer Zecke gestochen werden, der sich in der Natur aufhält. Zecken lassen sich beispielsweise im Vorbeigehen von Gräsern und Sträuchern abstreifen. Zecken heften sich besonders gerne an unbedeckte Körperbereiche, sie heften sich aber auch an die Kleidung und suchen sich später eine geeignete (warme) Einstichstelle (Achselhöhle, Haaransatz, Leistengegend, Kniekehle usw.). Beim Stechen gibt die Zecke eine betäubende Substanz ab, so dass man von dem Stich meist nichts bemerkt. Nach dem Stich verhakt sich die Zecke in der Haut des Opfers.

Die Zecke kann Krankheiten übertragen

Die bedeutendsten durch den Stich des Holzbocks (*Ixodes ricinus*) übertragenen Infektionskrankheiten in Deutschland sind:

- die Borreliose (eine bakterielle Infektion),
- die Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME), eine Viruserkrankung, sowie
- weitere bakterielle und virale Erkrankungen.

Es ist von einer Infektionsgefährdung durch Borrelien in allen Teilen Deutschlands auszugehen. Viele Zecken sind zwar infiziert, aber nicht jeder Stich bedeutet automatisch, dass der Mensch an Borreliose erkrankt. Die Vermeidung eines Zeckenstichs und, falls es doch einmal passiert, die rasche Entfernung der Zecke zur Vermeidung der Übertragung von Borrelien sind die einzige Vorbeugung gegen Borreliose, denn es gibt keine Impfung dagegen. Das Übertragungsrisiko und damit das Erkrankungsrisiko an Borreliose steigt mit der Dauer des Saugaktes, da die Übertragung etwa 12 Stunden nach dem Einstich beginnt, wohingegen die Übertragung von FSME sofort nach dem Zeckenstich beginnt. Die Borreliose lässt sich in folgende Stadien einteilen:

1. Die frühe Borrelieninfektion manifestiert sich bei 80–90 % der Patienten als lokales Erythema migrans (Wanderröte). Hierbei entsteht um die Einstichstelle herum ein geröteter, innen ablassender sich ausbreitender und wandernder Ring. Die Wanderröte sowie begleitende Allgemeinsymptome, wie Krankheitsgefühl, Gelenkschmerzen, Muskelschmerzen, Fieber oder Nachtschweiß können wenige Tage bis Wochen nach der Borrelieninfektion auftreten.
2. Wochen bis Monate nach dem Zeckenstich (das Erythema migrans wird nur von etwa 25–50 % der akuten Neuroborreliosefälle berichtet) kann eine sich auf Organsysteme ausbreitende, disseminierte Infektion auftreten, die überwiegend das Nervensystem, die Gelenke und das Herz betrifft.
3. In seltenen Fällen kann es nach Monaten bis Jahren zu einer späten bzw. chronischen Manifestation kommen mit Beteiligung der Haut, des Nervensystems und der Gelenke.

Bei Symptomen sofort zum Arzt:

Bezüglich Borreliose ist wichtig, auf Symptome (Wanderröte, Allgemeinsymptome wie Krankheitsgefühl, Gelenk- und Muskelschmerzen, Fieber oder Nachtschweiß) zu achten und beim Auftreten solcher Anzeichen nach einem Zeckenstich, sofort zum Arzt zu gehen.

Die Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME) ist eine durch ein gleichnamiges Virus verursachte akute Entzündung des Gehirns, des Rückenmarks und der Hirnhäute. Als Risikogebiete werden vom Robert Koch-Institut (RKI) diejenigen Kreise definiert und bekannt gemacht, in denen bei Zeckenexposition ein erhöhtes Infektionsrisiko durch periodische Erkrankungsfälle belegt ist. Aktuell sind 161 Kreise als FSME-Risikogebiete definiert. Eine aktuelle Karte der FSME-Risikogebiete in Deutschland ist unter www.rki.de/fsme veröffentlicht. Die FSME verläuft typischerweise in 2 Phasen:

1. Ein bis drei Wochen nach dem Zeckenstich treten ein allgemeines Krankheitsgefühl, Kopfschmerzen, Fieber und gelegentlich auch Bauchschmerzen auf.
2. Nach vorübergehender Besserung kommt es wenige Tage später zu einem erneuten Fieberanstieg mit Entwicklung einer Hirnhautentzündung (Meningitis). Zum Teil auch mit Beteiligung des Gehirns (Meningoenzephalitis) oder gar des Rückenmarks (Meningoenzephalomyelitis) mit Symptomen wie Kopfschmerz, Nackensteife, Bewusstseinsstörungen und Lähmungen.

Ein hoher Teil der FSME-Infektionen verläuft jedoch asymptomatisch, oder Phase 2 bleibt ganz aus. Aus nicht bekannten Gründen verläuft die FSME meist umso schwerer, je älter man ist. Da bleibende Schäden bis zum Tod möglich sind, ist es wichtig zu verhindern, dass eine Zecke stechen kann.

Im Gegensatz zur Borreliose gibt es gegen FSME eine Impfung:

Personen, die in FSME-Risikogebieten wohnen, beruflich tätig sind oder dort Urlaub machen, wird eine Impfung empfohlen. Sorgen Sie vor und lassen Sie sich rechtzeitig impfen.