

Zecken Schutz vor den Blutsaugern



Pro Jahr treten schätzungsweise 6000 bis 12'000 Borreliosefälle in der Schweiz aufgrund von Zeckenbissen auf.

Besonders aktiv sind Zecken im Frühjahr und im Herbst. Sie können gefährliche Krankheiten übertragen - wie Sie sich schützen und was Sie über die Milben wissen sollten.

aktualisiert am 20. Apr 2016 10:52

News: Dieses Jahr früher aktiv

Gemäss SUVA (Schweizerischer Unfallversicherer) sind Zecken 2016 früher unterwegs als sonst. Normalerweise kommen die Milben erst im Mai. Da die Temperaturen zu Jahresbeginn aber sehr mild gewesen seien, warnt der Versicherer bereits jetzt vor ihnen.

Zecken springen Menschen nicht an und lassen sich auch nicht von Bäumen fallen, vielmehr lauern die winzigen Blutsauger auf Sträuchern und Gräsern auf ihre Opfer, um sich im richtigen Moment an ein vorbeistreichendes Lebewesen zu heften – und zuzustechen. Der Angriff erfolgt still und meist schmerzlos.

Ein kleiner Stich, der fatale Folgen haben kann. Denn mit Viren und Bakterien infizierte Zecken geben damit den Erreger in die Haut weiter. Auf diese Weise werden zwei gefährliche Krankheiten übertragen: Borreliose und Zeckenzephalitis, auch Hirnhautentzündung oder Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME) genannt.

Drei Blutmahlzeiten pro Leben reichen aus

Die Ausbreitung der Zecken wird von der Klimaerwärmung begünstigt. Die Spinnentiere fühlen sich in gemässigtem Klima am wohlsten. Das bedeutet, dass sich bei steigenden Temperaturen die Zeckenpopulationen verschieben und die Blutsauger in neue Gebiete vordringen. Selbst in alpinen Gebieten und bis in Höhen von 1500 Metern sind die achtbeinigen Winzlinge vereinzelt schon zu finden.

In der Schweiz sind die infizierten Zecken heute im ganzen Mittelland vom Bodensee bis nach Genf verbreitet.

Die Zecke hat Zeit: Sie braucht in ihrem Leben gerade mal drei Blutmahlzeiten, um sich fortpflanzen zu können. Auf dem Wirt angekommen, sucht die Zecke in aller Ruhe eine Stelle, wo sie ihren Rüssel in die Haut bohren und Blut saugen kann. Damit sie das unbemerkt tun kann, hat die Zecke vorgesorgt: Sie sondert während des Saugvorgangs eine Substanz ab, die die Haut an der Einstichstelle betäubt, sowie einen weiteren Stoff, der das Blut am Gerinnen hindert. Bis zu elf Tage lang labt sich eine ausgewachsene Zecke an ihrem Wirt und saugt sich voll, bis sie hundertmal mehr wiegt als vor dem Stich.

Zecken aufspüren und entfernen

Zecken stechen am liebsten auf warmen, feuchten und dünnen Hautpartien zu wie Achselhöhlen, Schultern, Nacken, Haaransatz, Bauchnabel, Kniekehle und Armbeuge. Bei Kindern stechen die Zecken oft auch in die Kopfhaut.

Mit zwei bis vier Millimetern sind ausgewachsene Zecken sehr klein. Achten Sie besonders auf die hellbraunen, noch nicht ausgewachsenen Tiere.

Haben Sie eine Zecke entdeckt, ziehen Sie sie mit einer Pinzette aus der Haut: Die Zecke direkt über der Haut mit einer Pinzette fassen und langsam – senkrecht zur Haut – herausziehen. Nicht drehen! Einmal zugepackt, sollte der Griff nicht mehr gelöst werden. Nie mit Öl, Leim oder Ausbrennen behandeln, nicht quetschen. Stichstelle desinfizieren.

Wenn der Kopf der Zecke in der Haut steckenbleibt, ist das nicht tragisch. Erreger können so nicht mehr übertragen werden. Meist wird das, was vom Parasiten übriggeblieben ist, vom Körper selbst herausgearbeitet.

Wenn innerhalb von drei Wochen nach dem Stich folgende Beschwerden auftauchen, sollten Sie den Arzt aufsuchen:

- Rötung am Einstichort,
- grippeartige Beschwerden,
- Schwindel,
- Gelenk- und Kopfschmerzen,
- Übelkeit.

Da die Beschwerden auch erst nach Monaten oder Jahren auftreten können, sollten Sie das Datum des Stichs notieren und die Zecke in einem Döschen aufbewahren. Das erleichtert dem Arzt später die Diagnose.

Schutzmassnahmen

Das Risiko eines Zeckenstichs lässt sich bereits durch wenige Verhaltensregeln minimieren:

- **Kleidung:** Die Haut gut bedecken (lange Hosen, Langarm-Hemden, keine Sandalen). Socken über die Hose stülpen.
- **Zeckenschutzmittel** auf Haut und Kleidung auftragen.
- **Unterwegs:** Sträucher, Gebüsch und hohes Gras meiden.
- **Absuchen:** Nach dem Spaziergang Kleider und Körper absuchen; bei Kindern auch auf die Kopfhaut beim Haaransatz achten. Vorsicht: Junge Zecken sind nur gerade einen halben Millimeter gross.
- **Gestochen?** Zecke sofort entfernen (siehe unten: «Zecken aufspüren und entfernen»).
- **Hunde und Katzen** mit entsprechendem Mittel oder Halsband schützen. Sie können an Borreliose erkranken oder Zecken mit ins Haus bringen - die dann möglicherweise auf einen Menschen wechseln.
- **Die FSME-Impfung** wird allen Erwachsenen und Kindern (ab 6 Jahren) empfohlen, die sich in einem Endemiegebiet aufhalten. Bei diesen Personen trägt die obligatorische Grundversicherung der Krankenkasse die Kosten. Beste Impfzeit ist der Winter, um im Frühling schon geschützt zu sein.



Was bei einem Zeckenbiss passiert. (Video: TeleDesign)

Borreliose

Die schwerwiegende Erkrankung kann auf das Nervensystem, den Bewegungsapparat, das Herz und weitere Organe übergreifen und bleibende Schäden verursachen. Besonders tückisch: Die Beschwerden können auch Jahrzehnte nach dem Zeckenstich auftreten.

Im Vergleich zu früher sind heute immer mehr Zecken mit dem Bakterium infiziert, was die Gefahr einer Ansteckung erhöht: Bereits jede dritte Zecke hierzulande trägt das Borreliose-Bakterium.

Die Verbreitung wird weiter zunehmen: Fachleute schätzen, dass in 20 Jahren jede zweite Zecke befallen sein wird. Gefährlich wird es, wenn Lyme-Borreliose nicht rechtzeitig erkannt wird - was oft der Fall ist. Sobald die Krankheit diagnostiziert wird, kann sie mit Antibiotika behandelt werden. Eine Impfung dagegen gibt es nicht.

Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME)

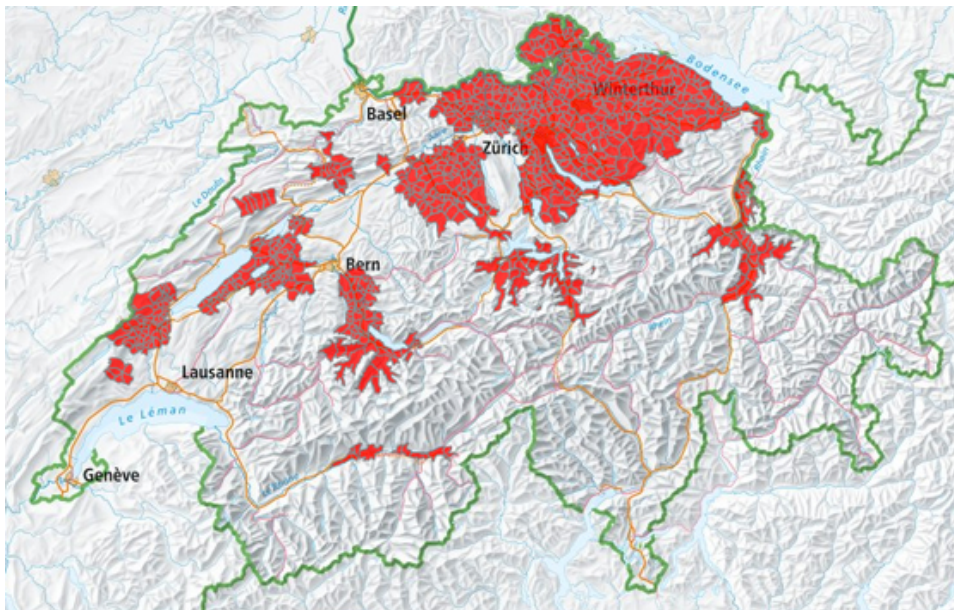
Nach etwa 14 Tagen leidet etwa jeder dritte Infizierte an grippeähnlichen Symptomen. Nach einer beschwerdefreien Zeit von bis zu 20 Tagen erkrankt jeder Dritte dieser Gruppe an Hirnhautentzündung (Meningitis), Gehirnentzündung (Enzephalitis) oder einer Kombination der beiden (Meningoenzephalitis).

Gegen die Zeckenzephalitis (Hirnhaut- und Gehirnentzündung) kann man sich impfen lassen – am besten in den Wintermonaten, weil man dann im kommenden Frühjahr bereits geschützt ist.

Diese Vorsichtsmassnahme ist besonders empfehlenswert für Senioren, denn die Frühsommer-Meningoenzephalitis verläuft bei älteren Menschen oft besonders aggressiv. Zwar sind Todesfälle in Mitteleuropa selten. Weniger als ein Prozent der FSME-Fälle verlaufen tödlich. Dafür erleiden rund ein Drittel der Menschen, die an FSME erkranken, bleibende Schäden. Schäden, die zur teilweisen oder gar vollständigen Invaliderität führen können.

Das Virus, das die Hirnhautentzündung auslösen kann, ist deutlich weniger stark verbreitet als das Borreliose-Bakterium.

FSME: Zeckenkarte



Quelle: BAG: Stand 2015

In Rot sind die Gebiete mit Impfpfempfehlung für die FSME dargestellt. Diese Karte berücksichtigt die Daten des obligatorischen Meldesystems seit 1984 und die Resultate von Studien zu infizierten Zecken. **Hier finden Sie die Karte**, auf der Sie auch nach Ihrer Gemeinde oder Postleitzahl suchen können.

Weitere Infos

- Infos zu Borreliose
- Infos zu FSME
- Nationales Referenzzentrum für zeckenübertragene Krankheiten: NRZK
- Zeckenliga: www.zeckenliga.ch

Autor: Susanne Wagner und Vera Bueller

Bild: Thinkstock Kollektion

Das könnte Sie auch interessieren



Der Griff an den Hals



«Er bekommt nie genug Sex»



Wissen Sie, woher unser Strom kommt?



Singles ab 30



«Ich habe keine Lust auf Sex»



Sie wissen nicht, was sie tun

hier werben

 powered by plista