



zeckenliga.ch

Liga für Zeckenkranke Schweiz  
Ligue suisse des maladies à tiques  
Lega svizzera dei malati vittime delle zecche  
Swiss league for patients with tick-borne diseases

## Ratgeber für Betroffene von Zeckenkrankheiten

### • Kontakt mit dem Arzt

Wenn nach einem Zeckenstich Anzeichen auftreten, die an eine Borreliose oder eine FSME denken lassen (Details siehe [www.zeckenliga.ch/Krankheitsbilder](http://www.zeckenliga.ch/Krankheitsbilder)), Arzt aufsuchen!

### • Versicherung informieren

Ein Zeckenstich entspricht gemäss Rechtsprechung einem Unfallereignis. Besteht eine Unfallversicherung, ist der Zeckenstich der Versicherung zu melden, falls ein Arzt aufgesucht wurde (vgl. hierzu auch: Satz, Norbert: *Zeckenkrankheiten*, Hospitalis-Buchverlag, Zürich 2005, S. 56).

### • Selbsthilfegruppen Schweiz

Sie oder Ihre Angehörigen sind selber betroffen und suchen vorerst Kontakt zu anderen Betroffenen. Die GesprächspartnerInnen der Lyme-Borreliose Selbsthilfegruppen Schweiz geben Ihnen gerne hilfreiche Informationen und pflegen einen persönlichen Kontakt zu Ihnen. Mehr Informationen unter [www.zeckenliga.ch/Selbsthilfe Schweiz](http://www.zeckenliga.ch/Selbsthilfe_Schweiz).

Ein weiteres Angebot für Menschen mit chronischen Krankheiten ist das Kursprogramm Evivo, ein sechswöchiger Kurs mit Begleitbuch. Evivo wird von der Careum Stiftung unterstützt und von verschiedenen Partnern angeboten. Mehr Informationen, Kursorte und -termine unter [www.evivo.ch](http://www.evivo.ch)

### • Schutzimpfung

Gegen die FSME existiert eine wirksame Schutzimpfung. Gegen die Borreliose gibt es keine Impfung. Ist die Impfung aus beruflichen Gründen empfohlen (Waldarbeiter, Förster und Landwirte), geht sie zu Lasten des Arbeitgebers (Verordnung vom 25. August 1999 über den Schutz der Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer vor Gefährdung durch Mikroorganismen, SAMV). Für Personen, welche in FSME- Risikogebieten wohnen oder diese besuchen (Ferien, Geschäftsreisen usw.) wird die Impfung von den Krankenkassen bezahlt.

### • Spezialisten für Zeckenerkrankungen

Informationen zu *Fachärzten und Spezialisten* finden Sie auf unserer Linkliste [www.zeckenliga.ch](http://www.zeckenliga.ch). Oder kontaktieren Sie eine unserer Gesprächspartnerinnen in Ihrer Region, sie helfen Ihnen gerne weiter (siehe: [www.zeckenliga.ch/Selbsthilfe Schweiz](http://www.zeckenliga.ch/Selbsthilfe_Schweiz)).

### • Physiotherapien und Fitnesstraining

Physiotherapie ([www.physioswiss.ch](http://www.physioswiss.ch)) und Fitnesstraining sind hilfreich zum Wiederaufbau nach

einer Zeckenerkrankung. Betreffend Fitnesstraining bieten bspw. die Fitnessparks der Migros in der Schweiz ein umfassendes Angebot an, das neben betreutem Fitnesstraining auch unterschiedliche Wellness-Angebote, wie Thermalbad, Sauna, Kneipp, Massage u.v.m. umfasst. Dadurch ist eine ganzheitliche Regeneration möglich. Ausserdem übernehmen die Krankenkassen häufig einen Anteil an einem Jahresabonnement.

- **Psychische Regeneration**

Hat ein Borreliose- oder FSME-Patient die Fähigkeit verloren, einen normalen Alltag zu bewältigen, kann eine Verhaltenstherapie Sinn machen, in der der Therapeut dem Patienten hilft, wieder einen normalen Alltag aufzubauen. Auch Begleitetes Wohnen der Sozialämter kann diesbezüglich sinnvoll sein.

Weitere Kontakte hierzu sind beim Verband der Psychotherapeuten Schweiz [www.psychotherapie.ch](http://www.psychotherapie.ch) ersichtlich oder sind bei den Sozialämtern oder der Seelsorge innerhalb einer Kirchgemeinde erhältlich.

Adressen der kirchlichen Seelsorgeverbände sind z.B.: [www.kath.ch/seelsorge](http://www.kath.ch/seelsorge), [www.kirchenbund.ch](http://www.kirchenbund.ch). Auch die Telefonseelsorge „Dargebotene Hand 143“ kann bei akuten Problemen zur Verfügung stehen.

- **Hilfe und Pflege zu Hause**

Dies bietet in der Schweiz z.B. die Spitex [www.spitex.ch](http://www.spitex.ch) und Homecare [www.homecare.ch](http://www.homecare.ch) (krankenkassenanerkannt).

- **Hilfe im Alltag**

Dies bieten die Schweizer Sozialämter, z.B. Angebot „Begleitetes Wohnen“. Auch bei vielen weiteren Problemen des Alltags bieten die Sozialämter Unterstützung, z.B. bei finanziellen Problemen, usw.

- **Bei finanziellen Problemen, krankheitsbedingter Armut**

Hierfür ist auch die Caritas Schweiz [www.caritas.ch](http://www.caritas.ch) eine wertvolle Anlaufstelle. Diese bietet z.B. nicht nur Schuldenberatung, sondern hat mit der „Kultur-Legi“ auch ein Angebot, mit dem Menschen, die plötzlich in Armut geraten sind, viel günstiger einkaufen, Freizeitangebote besuchen und sogar Ferien machen können.

- **Rechtsberatung**

Bei verschiedenen rechtlichen Problemen arbeitet die Liga für Zeckenkranke Schweiz mit der Rechtsberatung Advokatur Bürki in Thun zusammen [www.advokatur-buerki.ch](http://www.advokatur-buerki.ch). Kontaktaufnahme und Anfrage der Konditionen über [info@advokatur-buerki.ch](mailto:info@advokatur-buerki.ch)

- **Alternative Behandlungsmöglichkeiten bei chronischer Borreliose**

Verschiedene durch die Borreliose oder FSME entstandene Fehlfunktionen müssen mit spezifischen Therapien behoben werden: Dazu gibt es diverse Kurkliniken und Alternativkliniken. Diese bieten Reha Programme für Patienten an, die an Borreliose oder FSME leiden, z.B. Aeskulap-Klinik [www.aeskulap.com](http://www.aeskulap.com), Paracelsus-Klinik [www.paracelsus.ch](http://www.paracelsus.ch) u.a.

Es gibt verschiedene Kureinrichtungen, die von Betroffenen als Geheimtipp für Borreliose- und FSME- Kranke empfohlen werden, z.B. der Gasteiner Stollen in Österreich [www.gasteinerheilstollen.com](http://www.gasteinerheilstollen.com) oder die Blue Lagoon in Island [www.bluelagoon.com](http://www.bluelagoon.com).

Auch Schmerz- und Schlafkliniken können von Vorteil sein, wenn ein Borreliose-Patient mit massiven Schmerzzuständen und Schlafstörungen zu kämpfen hat. z.B. die Kirschgarten-Klinik in Basel [www.schmerzlinik.ch](http://www.schmerzlinik.ch).

Eine weitere komplementärmedizinische Behandlungsmöglichkeit bietet die Photonentherapie [www.naturheilpraxis-molero.com](http://www.naturheilpraxis-molero.com).

Claudia Lietha beschreibt in ihrem Buch „Borreliose – und dennoch hab' ich tausend Träume“ auf den Seiten 219-242 ausführlich ihre Therapie-Stationen. Sämtliche Details ihrer Behandlung, die bei ihr zum Erfolg führte, sind dort nachlesbar.

- **Weitere hilfreiche Links**

Auf der Website der Liga für Zeckenkranke Schweiz [www.zeckenliga.ch](http://www.zeckenliga.ch) finden Sie zahlreiche Links zu weiteren Websites über Zeckenerkrankungen sowie auch eine Literaturliste und vieles mehr.

**Die Liste ist nicht vollständig – und weitere wertvolle Ratgeber-Tipps können Sie gerne an: [info@zeckenliga.ch](mailto:info@zeckenliga.ch) senden, herzlichen Dank!**