

Blutsauger mit acht Beinen.

Ihr Stich ist schmerzlos, die Auswirkungen können aber verheerend sein. Hier finden Sie Tipps und Tricks, wie Sie Zeckenbissen vorbeugen können.



Beim Saugvorgang ritzt die Zecke mit ihrem Mundwerkzeug die Haut ein und schiebt anschliessend den Stechrüssel in die Wunde. Vor allem weibliche Zecken können dabei eine Grösse von bis zu 3 cm erreichen.

In Deutschland ist sie zum gefährlichsten Tier erklärt worden: die Zecke. Nicht zu unrecht, wenn man bedenkt, dass diese winzigen Blutsauger von der Grösse einer Stecknadel gefährliche Krankheiten wie Borreliose oder FSME (Hirnhautentzündung) auslösen können. Im Unterschied zu Insekten schmerzt ein Zeckenstich nicht – und vor allem stechen Zecken an Orten, die für den Menschen nur schwer zugänglich sind wie Kniekehle, Intimzone, Achselhöhle, Nacken oder hinter den Ohren.

Einmal gebissen – lange gelitten

Fakt ist: 80 Prozent aller Zeckenstiche werden nicht entdeckt. Symptome können auftreten, die auch der Arzt nicht genau zuzuordnen weiss: Müdigkeit und Gliederschmerzen sind noch die Harmlosesten. Eine Borrelien-Infektion kann Haut, Gelenke, Muskeln, Nervensystem und das Herz betreffen und bis zur Unbeweglichkeit führen, im schlimmsten Fall im Rollstuhl enden. Eine Impfung gegen Borrelien gibt es nicht, im Gegensatz zur Hirnhautentzündung. Deshalb ist der beste Schutz die Vorsorge, also Zeckenbisse grundsätzlich zu vermeiden (vgl. Ratgeber-Box).

Rasch entfernen, aber richtig



Zecken lassen sich auch mit der Zeckenkarte entfernen. Erhältlich in den Apotheken.

Wenn die Zecke zugebissen hat, entfernen Sie diese möglichst umgehend. Eine Vorbehandlung mit Gel, Feuer oder Zerquetschen ist unbedingt

zu unterlassen, weil dadurch die Erreger erst recht übertragen werden. Die Zecke wird idealerweise mit einer Pinzette möglichst hautnah gefasst und durch geraden Zug (nicht drehen) entfernt. «Das Zurückbleiben

des Stechapparates in der Wunde ist nicht gefährlich und führt höchstens zu einer harmlosen Fremdkörperreaktion», sagt Dr. med. Norbert Satz mit Spezialsprechstunde für Zeckenerkrankungen in Zürich und Autor des Buches «Zecken-Krankheiten» (Hospitalis Buchverlag).

Geringere Gefahr in der Höhe



Lange Hosen schützen vor Zeckenbissen.

In tieferen Lagen der ganzen Schweiz sind Zecken viel mehr verbreitet als in der Höhe. Im Frühjahr und im Herbst ist oft eine Häufung des Vorkommens zu beobachten.

Sie steigen von der Bodenschicht auf Pflanzen bis 1,5 Meter über dem Boden, vor allem im Unterholz und an Wald- und Wegrändern. Von dort aus heften sie sich an den vorbeistreifenden Menschen, stechen zu, um sich mit Blut vollzusaugen und dann wieder abzufallen. Anders als vielfach gedacht, stürzen sich Zecken nicht von Bäumen, es nützt also nichts, zum Schutz gegen sie einen Hut zu tragen.

So schützen Sie sich vor Zeckenstichen



Meiden Sie Wald- und Wegränder, Gestrüpp und Gräser bis 1,5 Meter über dem Boden und in Höhen bis 1500 Meter über dem Meeresspiegel.



Tragen Sie geschlossene Schuhe und bedecken Sie die Beine mit eng anliegender Kleidung.



Wählen Sie helle Kleider, darauf sind die Zecken besser sichtbar.



Besondere Vorsicht ist im Frühling und Herbst geboten.



Benutzen Sie ein Zeckenschutzmittel, auch wenn es nur für kurze Zeit wirkt.



Nach einem Aufenthalt an Orten mit möglichem Zeckenkontakt suchen Sie noch am gleichen Tag den Körper nach Zecken ab (vor allem Kniekehlen, Leisten, Achselhöhlen und bei Kindern den Kopf).

Weitere Infos: www.zeckenliga.ch

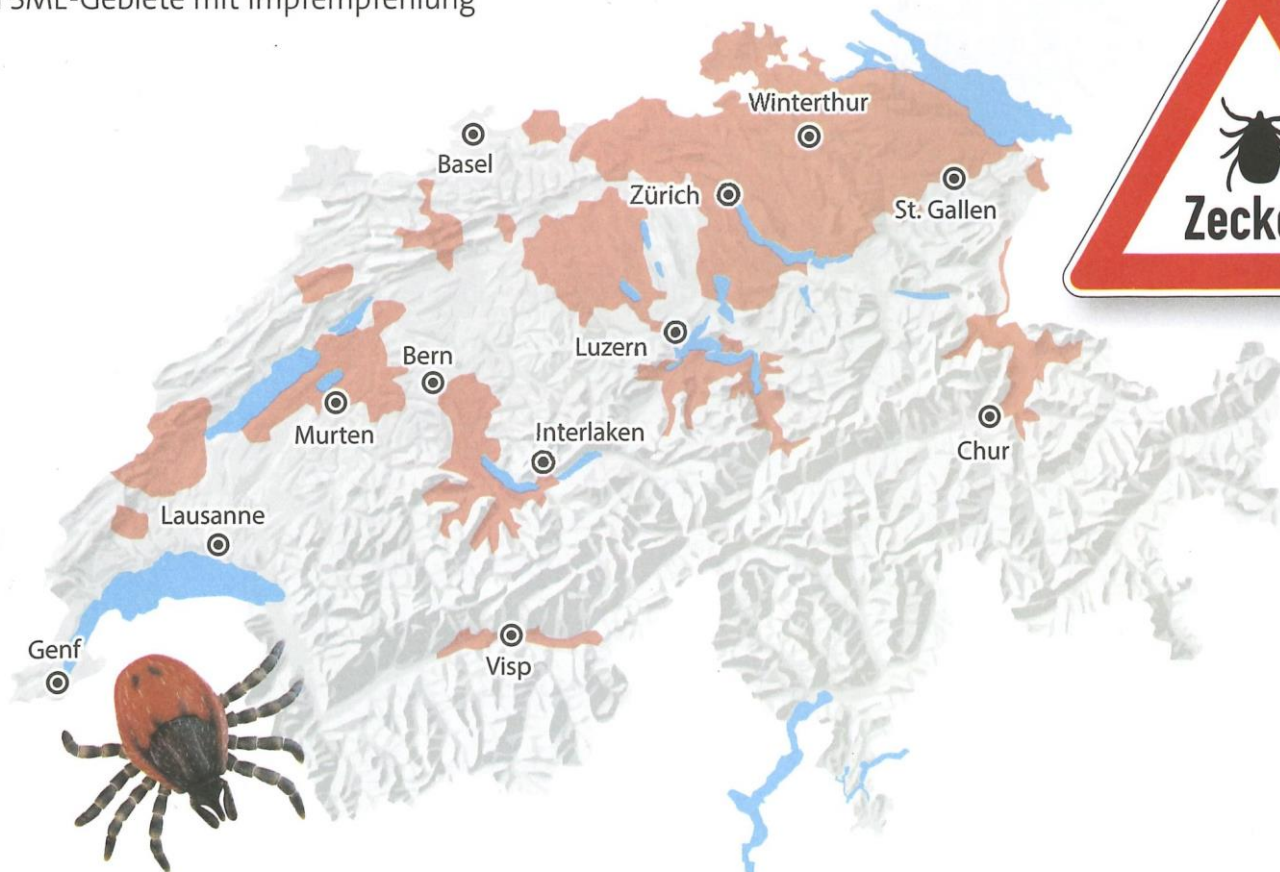
Impfen – ja oder nein?



Gegen die FSME (Hirnhautentzündung) existiert eine wirksame Schutzimpfung, die – wenn sie wie für Waldarbeiter, Förster und Landwirte aus beruflichen Gründen empfohlen wird – zu Lasten des Arbeitgebers geht. Gegen die Borreliose, die 500 Mal häufiger vorkommt, gibt es leider keine Impfung. Ein Zeckenstich entspricht übrigens gemäss Rechtsprechung einem Unfallereignis.

Zecken in der Schweiz

FSME-Gebiete mit Impfpfhlung



Grafik: KEYSTONE, Quelle: Bundesamt für Gesundheit