

Im Folgenden finden Sie eine kurze Zeckeninformation...

Das sollten Sie wissen

- Zecken leben nicht auf Bäumen und lassen sich nicht von diesen fallen. Sie lauern in bis zu max. 1,5 Meter hohem Gras, Farnen und niedrigen Büschen auf ihr Opfer.
- Ab etwa 5-8 Grad Celsius entwickeln sie ihre Aktivitäten. Bevorzugte Biotope sind Waldränder und Bachläufe, wo sie optimale Lebensbedingungen finden. Zecken brauchen Wärme und Feuchtigkeit zum Überleben.
- Sie lassen sich im Vorbeigehen von ihrem Opfer abstreifen. Zecken können nicht springen!
- Tragen sie geschlossene Kleidung. Auf heller Kleidung sieht man die Plagegeister besser. Ziehen Sie sich die Socken über die Hosen um den Zecken keinen Hautkontakt zu ermöglichen.
- Geeignete Einreibemittel (Repellents) können die Zecken eine Weile abhalten, absoluten Schutz gegen Zecken gibt es nicht!
- Zeckenstiche sind meist schmerzlos, da die Zecke beim Stich ein Betäubungsmittel injiziert. Beachten Sie unbedingt die geringe Größe der einzelnen Zeckenstadien! Larven und Nymphen sind die Hauptüberträger der Krankheiten, da sie meist durch ihre geringe Größe nicht bemerkt werden.
- Suchen Sie Ihren Körper nach Aktivitäten in Wald, Wiese und Garten auf Zeckenbefall gründlich ab. Ein schnelles Entfernen der Zecken mindert das Risiko einer Infektion erheblich
- Zecken bevorzugen warme feuchte Bereiche am Körper. Häufige Saugstellen sind deshalb die Kniekehlen, Achselhöhlen, Bauchdecke, Oberschenkel und der Genitalbereich.
- Achten Sie bei Ihren Kindern vor allem auf Zeckenbefall am Kopf und in der Halsgegend. Kinder sind durch ihre geringere Größe dort besonders gefährdet.
- TIPP: Das Erhitzen der Kleidung im Wäschetrockner bei 60 Grad für 30 Minuten tötet alle noch in der Kleidung verbliebene Zecken sicher ab.

Eine Zecke hat gestochen, was tun?

Entfernen Sie die Zecke auf keinen Fall nach "Omas Methode" mit Klebstoff, Öl, Alkohol oder anderen chemischen Mitteln! Dies führt dazu, dass die Zecke sich in ihrem Toteskampf erbricht und somit die gefährlichen Krankheitserreger erst recht überträgt!

Wichtig ist, die Zecke so schnell wie möglich zu entfernen. Mit der Dauer des Saugaktes steigt das Risiko einer Infektion mit Borrelien. Schätzungen besagen, wenn die Zecke länger als 8-24 Stunden saugt (die Angaben dazu schwanken sehr stark), kommt es zur Übertragung der Erreger.

Fassen Sie die Zecke am besten mit einer speziellen Zeckenpinzette soweit wie möglich am Kopf und ziehen Sie sacht nach oben bis sie los lässt. Zeckenzangen, wie sie der

Handel anbietet sind meist ungeeignet, da die Zecke damit gequetscht wird. Achten Sie deshalb unbedingt beim Entfernen darauf, dass die Zecke nicht gequetscht wird! Falls der Saugrüssel (Hypostom) mal abreißt, ist dies nicht so schlimm, er wird in ein paar Tagen wie ein Holzsplitter vom Körper abgestoßen.

Problematischer ist das Entfernen von Larven und Nymphen wegen ihrer geringen Größe. Dazu eignet sich am besten eine Injektionskanüle oder ein sehr spitzes Messer, mit dem die Zecke dicht an der Haut herausgehoben wird.

Das Schlimmste was Ihnen passieren kann, ist das Quetschen der Zecke! Falls Sie sich das Entfernen nicht selbst zutrauen sollten, scheuen Sie sich deshalb nicht zu einem Arzt zu gehen. Dies ist besser, als das Risiko einer Infektion wegen einer unsachgemäßen Entfernung einzugehen.



Vergessen Sie nicht, die Einstichstelle nach dem Entfernen der Zecke noch zu desinfizieren!

WICHTIG: Achten Sie in den nächsten Tagen und Wochen nach dem Entfernen einer Zecke auf die Symptome einer Borrelieninfektion, wie Abgeschlagenheit, Nachtschweiß, Fieber, Muskel- und Gelenkschmerzen und unerträgliche Müdigkeit. Häufig kommt es auch zu einem Anschwellen eines der Kniegelenke.

Sicherstes Zeichen einer Borrelieninfektion ist die so genannte Wanderröte ([Erythema migrans](#)). Tritt diese auf, ist unbedingt mit Antibiotika zu behandeln. Leider wollen viele Ärzte nach wie vor noch einen Test auf Borrelien bei einer Wanderröte durchführen. Dies ist unnötig und bringt vor allem kein Ergebnis, da sich die [Antikörper](#), die im Test nachgewiesen werden, erst nach frühestens 4-6 Wochen bilden. Bestehen Sie bei einer Wanderröte unbedingt auf einer antibiotischen Behandlung! In diesem Stadium ist die Erkrankung noch sehr gut zu behandeln.