

Zecken-Merkblatt

Von Zecken übertragene Krankheiten haben in den letzten Jahren zugenommen. Sie können schwerwiegende Folgen haben. Das Risiko lässt sich jedoch mit einfachen Massnahmen verringern. Nachfolgende Punkte zeigen auf, wie Sie sich schützen können:

Vor Zeckenstichen schützen

- Meiden Sie Orte mit möglichem Zeckenkontakt: Wald- und Wegränder, Gestrüpp und Unterholz, Gräser und Farne bis 1,5 m über Boden, in Höhen bis zu 2000 m über Meer.
- Tragen Sie geschlossene, den Körper möglichst weitgehend bedeckende Kleidung von heller Farbe. Auf hellen Kleidern sind Zecken besser zu erkennen. Sie können entfernt werden, bevor sie auf die Haut gelangen und stechen.
- Benutzen Sie für Haut und Kleider ein Zeckenschutzmittel.
- Besondere Vorsicht ist im Frühling und Herbst geboten.

Übertragung von Erregern vermeiden

- Ein schnelles Entfernen der Zecke kann vor einer Erkrankung schützen. Je länger eine Zecke Blut saugt, desto grösser ist das Risiko, dass der Erreger der Borreliose übertragen wird.
- Deshalb: Immer nach einem Aufenthalt an Orten mit möglichem Zeckenkontakt ohne Verzögerung, mindestens aber noch am gleichen Tag, Körper (und Kleider) nach Zecken absuchen und solche sofort entfernen. Besonders häufig stechen Zecken in den Kniekehlen, Leisten und Achselhöhlen, bei Kindern auch im Bereich des Kopfs.

Zecke entfernen

Zecke direkt über der Haut mit Pinzette oder spezieller Zeckenzange fassen und senkrecht zur Hautoberfläche herausziehen. Stichstelle desinfizieren.

Arzt aufsuchen

Wenn nach einem Zeckenstich Anzeichen auftreten, die an eine Borreliose oder eine FSME denken lassen, sollten Sie umgehend einen Arzt aufsuchen.

Impfen

- Gegen die FSME existiert eine wirksame Schutzimpfung.
- Gegen die Borreliose gibt es keine Impfung.

Versicherung informieren

- Ein Zeckenstich entspricht gemäss Rechtsprechung einem Unfallereignis.
- Besteht eine Unfallversicherung, ist der Zeckenstich der Versicherung zu melden, falls ein Arzt konsultiert wird.

FSME-Impfempfehlung

Das BAG (Bundesamt für Gesundheit) empfiehlt die Impfung gegen Zeckenzephalitis (FSME) für alle Erwachsenen sowie Kinder, im Allgemeinen ab sechs Jahren, die in einem Risikogebiet (alle Kantone ausser Genf und Tessin) wohnen oder sich zeitweise dort aufhalten. Die Situation von Kindern im Alter von ein bis fünf Jahren muss individuell geprüft werden. Eine Impfung erübrigt sich für Personen, die kein Expositionsrisiko aufweisen, sich also nicht in den Lebensräumen der Zecken bewegen (vor allem Wälder, Hecken sowie Weiden mit hohem Gras oder Büschen, unterhalb von 2000 Metern über Meer). Nach der Grundimpfung (3 Injektionen) ist eine Auffrisch-Impfung bei weiterhin bestehendem Risiko in der Regel nach 10 Jahren empfohlen. Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an Ihren Hausarzt.

Weitere Informationen

www.bag.admin.ch, Bundesamt für Gesundheit

Textquelle: Suva, Gesundheitsschutz, Luzern (überarbeitete Version vom Juli 2019)

Vorsicht, Zecken!

So können Sie sich schützen



Zeckenstich vermeiden

- Orte mit Zecken (Waldränder, Hecken usw.) meiden.
- Körperbedeckende Kleidung tragen.
- Zeckenschutzmittel verwenden.



Erregerübertragung verhindern

- Körper und Kleider nach Zecken absuchen.
- Nach Zeckenstichen: Zecke rasch entfernen.



Impfen lassen

- Die FSME-Impfung gegen Hirnhautentzündung bietet sehr guten Schutz.
- Empfohlen für die ganze Schweiz (ohne Kt. GE und TI).
- Gegen die Lyme-Borreliose gibt es keine Impfung.



Bei Krankheitsanzeichen Arzt aufsuchen

- Hautrötung um die Einstichstelle deutet auf eine Borreliose hin.