

## Es ist wieder Zecken-Zeit!

Die Zeckensaison hat dieses Jahr früh begonnen! Die warmen Temperaturen, die erwachende Natur und die freie Zeit ziehen uns nach draussen. Doch dort lauert die Zecke.

Spinnentiere und Insekten haben verschiedene Strategien, um den Winter zu überleben. Insekten sind im Ei-, Larven-, Puppen- oder Erwachsenenstadium bestens an die frostigen Temperaturen im Winter angepasst; ihr Stoffwechsel läuft auf Sparflamme.

In milden Wintern aber werden die Energiereserven vorzeitig aufgebraucht, Pilze setzen den überwinternden Spinnentieren vermehrt zu, und die einen Insekten erwachen früh aus der Winterruhe und finden keine Nahrung.



Dem Spinnentier Zecke passiert das sicher nicht. Sie erwacht aus der Winterstarre, wenn das Thermometer 8° C zeigt – und wartet einfach im Grünen auf ihre Wirte.

Gemäss Projektleiter der Biologischen Zeckenbekämpfung der Zürcher Hochschule ZHAW, Werner Tischhauser, ist es viel wichtiger, in welcher Form der Frühling ins Land zieht. Wenn der Frühlingsbeginn nach dem Winter mit voller Kraft geschieht, kommen viele Zecken schnell aus der Winterstarre und sind sehr aktiv. Dann lauern sie auf Tiere und Menschen! Es gibt weit über 10 Zeckenarten die Blut saugen.

Wichtig für den Menschen ist nicht die Anzahl der Zecken. Entscheidend sind das Freizeitverhalten und die nahe Besiedlung grüner Räume. Denn Zecken kommen zwar am häufigsten an Waldrändern vor, aber auch auf allen anderen Grünflächen. Sie fühlen sich in hohen Gräsern, in Hecken oder im Garten genauso wohl. Gebissen werden kann man somit überall!

### **Zecken übertragen Krankheiten**

Da Zecken Krankheiten verbreiten können, ist es nach einem Spaziergang im Wald wichtig, sich gründlich nach Zecken abzusuchen und diese möglichst schnell zu entfernen.

Bei der Übertragung der Borrelien spielt die Zeit zwischen Stich und Entfernung der Zecke eine zentrale Rolle. Diese findet 12 bis 24 Stunden nach dem Stich statt, so Tischhauser. Eine **Borreliose** Erkrankung verläuft grippeartig.

Die **FSME-Viren**, die Hirnhautentzündungen auslösen, werden dagegen sofort beim Stich über die Speicheldrüse übertragen. Dagegen hilft nur eine vorzeitige Zeckenimpfung.

## Borelliose

Die **Lyme-Borreliose** ist eine Erkrankung, die von Zecken übertragen wird und sich ganz unterschiedlich auswirken kann – häufig sind Nerven, Gelenke oder die Haut von Symptomen betroffen, häufig begleitet von Fieberschüben. Die im Darm von Zecken lebenden Bakterien *Borrelia burgdorferi* sensu lato (kurz: Borrelien) lösen Borreliose aus. Bei Borrelien handelt es sich um eine Gruppe spiralförmiger Bakterien, die sich vorzugsweise in Tieren wie Ratten und Mäusen aufhalten. Über Mücken, die die Bakterien bei einem Stich aufnehmen, oder eben bei Zecken, gelangen sie unter anderem in den Menschen.

Eine Ansteckungsgefahr besteht in der gesamten Schweiz. Gemäss Bundesamt für Gesundheit tragen 5 – 30% der Zecken Borrelien in sich! Als schwierig stellt sich oftmals die Diagnose von Borreliose heraus – die Behandlungsmöglichkeiten helfen vor allem im Frühstadium gut.

Erwachsene Zecke vor dem Biss

Junge Zecken sind nach dem Schlupf ganz hell, weisslich (fast durchsichtig) und von Auge fast nicht erkennbar.



Zecke nach dem Biss



mit Blut vollgesogene  
Zecke



## Typische Anzeichen einer Borreliose Erkrankung:

Rote Flecken und Ringe um die Einstichstelle.

Darum: Bissstelle immer einige Tage bis einige Wochen kontrollieren!



### Stadium I

An der Stelle des Zeckenstichs bildet sich in 50% aller Fälle nach einigen Tagen oder sogar Wochen ein roter Kreis, möglicherweise tritt ein heller Fleck in der Mitte auf. Zudem können Symptome wie Fieber, Kopfschmerzen, Muskelschmerzen oder Lymphknotenschwellungen vorkommen.

### Stadium II

Wochen bis Monate nach dem Zeckenstich zeigt sich die Borreliose durch Schmerzen an der Stichstelle. Weitere Borreliose-Symptome in diesem Stadium sind brennende Nervenschmerzen (zum Beispiel im Rücken) oder seltener Entzündungen des Herzens möglich, spürbar unter anderem an schneller Erschöpfung oder Atemnot nach Anstrengung.

### Stadium III

Monate bis Jahre nach der Infektion kann sich eine Arthritis (entzündliche Gelenkerkrankung) festsetzen.

Die Haut, vor allem an Körperstellen, die weit vom Rumpf entfernt sind (zum Beispiel Finger oder Zehen), wird in manchen Fällen sehr dünn. Das bezeichnen Ärzte als „Pergamenthaut“.

Eine Entzündung des Nervensystems, wodurch Taubheitsgefühle oder Lähmungen als Symptome entstehen, ist möglich.

## Behandlung von Lyme-Borreliose

Kommt es zu einer Infektion mit Borrelien, haben sich **Antibiotika als wirksame Therapie** erwiesen. Je nach Stadium der Infektion und Alter des Erkrankten stehen dem Arzt eine Reihe Antibiotika zur Auswahl. Dabei gilt: Je früher Borreliose erkannt und behandelt wird, desto besser schlägt die Therapie an. Die Behandlung wird entweder in Form von Tabletten oder als Infusion verabreicht und dauert in der Regel 2 bis 4 Wochen.

Da sich Borrelien gut vor dem Immunsystem verstecken und schwere Spätfolgen der Krankheit möglich sind, ist eine Antibiotika-Therapie bei den entsprechenden Krankheitssymptomen nötig. Jedoch ist es nicht nötig, vorsorglich nach jedem Zeckenstich mit einem Antibiotikum zu behandeln.



## FSME (Frühsommer-Meningoenzephalitis)

### Hirnhautentzündung

Jährlich erkranken in der Schweiz etwa 200 Menschen an FSME.

Eine Infektion mit dem FSME-Virus durch einen Zeckenstich kann entweder beschwerdefrei verlaufen oder schwerwiegende Folgen mit sich bringen.

Deutlich macht sich die **Frühsommer-Meningoenzephalitis** häufig durch zwei typische Phasen.

#### Phase I

Fieber über 40 Grad Celsius und grippeähnliche Symptome treten circa 1 - 2 Wochen nach dem Zeckenstich und der FSME-Infizierung auf. Es besteht die Möglichkeit, dass die FSME-Symptomatik nach der ersten Phase beendet ist.

#### Phase II

Ist die erste Phase vorüber, dauert es maximal 1 Woche bis die nächste Phase des Krankheitsverlaufs eintritt. Kommt es zu einer Meningoenzephalitis (Entzündung der Hirnhäute und/oder des Gehirns), sind neurologische Symptome der FSME-Erkrankung zu erwarten. Hierbei können Lähmungserscheinungen, Bewusstseinsstörungen, Kopf- und Nackenschmerzen oder Krampfanfälle auftreten. Die Beschwerden können kurzzeitig oder langfristig erscheinen und bis hin zu einer tödlichen Atemlähmung führen.

## Behandlung von FSME

Besteht der Verdacht an einer FSME-Infektion zu leiden, suchen Sie **umgehend** einen Arzt zur Abklärung auf. In den meisten Fällen, selbst nach einem schweren Krankheitsverlauf, werden die Patienten vollständig geheilt.

## Impfung

Personen, die den Grossteil ihrer (Frei-)Zeit im Freien verbringen, sollten sich auf jeden Fall gegen FSME impfen lassen. Grundsätzlich ist es ratsam, bereits im Kindesalter mit der ersten Impfung zu beginnen.

Rechnen Sie genügend Zeit für die Grundimmunisierung ein, sie dauert ca. 1 Jahr und beinhaltet drei Injektionen. Danach ist nach 10 Jahren eine Auffrischung nötig.

Auch wenn nur 0,1 – 5% der Zecken in den europäischen FSME-Risikogebieten die verursachenden Viren in sich tragen, ist es trotzdem sinnvoll, sich vor einem Zeckenstich und einer möglichen Infizierung mit dem FSME-Virus zu schützen.

## Schutz vor Zecken

Tragen Sie lange Kleidung. Socken sollten im Wald über die Hosenbeine gestülpt werden.

Ziehen Sie helle Sachen an, da Zecken darauf besonders gut sichtbar sind und Sie schnell reagieren können.

Zuhause den Körper nach Zeckenstichen und noch krabbelnden Tieren absuchen. Wenn Sie eine Zecke gefunden haben, hören Sie nicht auf, sondern kontrollieren Sie weiter.

Eine Zecke entfernen Sie bei einem Stich zum Beispiel mit einer Zeckenpinzette, einer Zeckenzange oder einer Zeckenkarte.

Zudem gibt es verschiedene Sprays, die die Zecken wirkungsvoll abhalten.

Entfernung mit einer Zeckenkarte:



## Entsorgung der Zecken

Zecken sind sehr zäh!! Spülen Sie die Zecken nicht den Abfluss herunter oder werfen Sie sie nicht in den Müll. Beides können die Tiere überleben. Vergewissern Sie sich, dass die Zecke wirklich tot ist. Am einfachsten werfen Sie das Tier in Alkohol (mind. 40%) oder zerquetschen es mit einem Glas.