VOR
JEDER FREIZEITAKTIVITÄT

1

Tragen Sie
geschlossene Schuhe

2

Tragen Sie
lange und helle
Kleidung

3

Vermeiden Sie hohes
Gras und bleiben Sie auf
den Fußwegen

WÄHREND

DANACH

4

Suchen Sie Ihren
Körper und den Ihrer
Kinder auf Zecken ab

WAS TUN, WENN SIE EINE ZECKE FINDEN?

1

Ziehen Sie sie so schnell
wie möglich mit einer
Zeckenzange heraus

2

Ziehen Sie die ganze
Zecke vorsichtig nach
oben heraus, oder
entfernen Sie sie mit
einer Drehbewegung,
ohne sie zu zerreißen

3

Desinfizieren Sie
die Einstichstelle
und beobachten Sie
diesewährend den
darauf folgenden
Wochen aufmerksam

4

Suchen Sie bei
folgenden Symptomen
ihren Arzt auf:
- Rötung der Einstichstelle
- Kopfschmerzen
- Fieber
- Gelenkschmerzen

VORSICHT Zecken!

WIE KANN MAN SICH SCHÜTZEN?

Mehr Infos auf **WWW.TIQUES.LU** | Méi Infoen op **WWW.ZECKEN.LU**

LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Santé
et de la Sécurité sociale
Direction de la santé

VORSICHT Zecken!

WIE KANN MAN SICH SCHÜTZEN?

Die von den Zecken übertragenen Krankheitsfälle haben in den vergangenen Jahren zugenommen. Diese Krankheiten können schlimme gesundheitliche Folgen haben.

Das Infektionsrisiko kann jedoch durch einfache Maßnahmen verringert werden. Dieses Faltblatt zeigt Ihnen wie Sie sich schützen können.

Wir riskieren einen Zeckenbiss, wenn wir durch hohes Gras, durch Gebüsch, oder durch Unterholz in den Wäldern gehen. Dasselbe gilt für Hunde, Katzen und andere Haustiere.

Menschen, die bestimmte Berufe oder Aktivitäten ausüben, wie Waldarbeiter, Förster, oder Jäger, sind besonders gefährdet. Auch bei Freizeitaktivitäten im Grünen besteht ein erhöhtes Risiko.

DIE ZECKEN

- Zecken sind Parasiten, die zur Familie der Milben gehören und sich ausschließlich vom Blut ihrer Wirte ernähren.
- Zecken sind von Februar/März bis Oktober/November aktiv, also vor allem im Frühjahr und im Herbst. Nach milden Wintern und während feuchten Frühlingen steigt ihre Zahl stark an. Man stellt also allgemein zu Beginn des Sommers (Mai/Juni) und des Herbstes (September/Oktober) eine größere Anzahl von durch Zecken übertragenen Krankheiten fest.
- Zecken leben auf Blättern und auf bis zu 1,5 Meter hohen Gräsern, vor allem im Unterholz und auf Feldwegen an Waldrändern.

VON ZECKEN ÜBERTRAGENE INFEKTIONEN

Durch einen Zeckenbiss können verschiedene Krankheiten auf den Menschen übertragen werden. Die beiden häufigsten Infektionen in Europa sind:

- **Die Lyme-Borreliose oder Lyme-Krankheit:** Sie wird durch eine Bakterie verursacht, die vor allem in der nördlichen Erdhälfte zu finden ist. Zwischen 2 und 30 Tagen nach einem Biss von einer infizierten Zecke erscheint eine Rötung um die Einstichstelle (Wanderröte).

  In Luxemburg werden jedes Jahr um die hundert Verdachtsfälle gemeldet. Wenn die Diagnose nicht oder zu spät gestellt wird, kann ein zweites oder drittes Stadium der Krankheit erfolgen: Gelenkschmerzen, Fieber, Herzprobleme, neurologische Störungen.

  Wenn die Krankheit rechtzeitig diagnostiziert wird (klinische Untersuchung und Blutprobe), kann die Infektion mit einem Antibiotikum behandelt werden.

- **Die Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME):** Sie wird durch ein Virus verursacht, das eine Hirnhaut- oder Gehirnentzündung als Schwerfolge haben kann. Bei 80% der Betroffenen verläuft die Infektion unbemerkt. In 10 bis 20% der Fälle treten grippeähnliche Symptome auf, und in 5 bis 10% der Fälle kann man neurologische Symptome beobachten.

  In Luxemburg wurde bislang noch kein Fall von FSME gemeldet. Die Risikogebiete befinden sich in Mittel- und Nordeuropa.

  Gegen die Frühsommer-Meningoenzephalitis ist ein wirksamer Impfstoff verfügbar.

WIE KANN MAN ZECKENBISSE VERMEIDEN?

Vermeiden Sie die Risikozonen und beachten Sie folgende präventiven Maßnahmen:

- Lange und helle Kleidung tragen.
- Besondere Wachsamkeit im Frühjahr und im Herbst.
- Bei einem längeren Aufenthalt in den betroffenen Gebieten und während den Risikoperioden den Körper etwa alle 3 bis 4 Stunden nach Zecken absuchen, da diese sehr klein sein können: die Ellbogen- und Kniebeugen, den Nacken und den Rücken, die Kopfhaut und hinter den Ohren, sowie warme, feuchte und behaarte Bereiche, wie die Achselhöhlen und die Leisten.

WENN SIE EINE ZECKE FINDEN, MÜSSEN SIE SCHNELL HANDELN!

Der Biss einer Zecke ist nicht schmerzhaft und kann unbemerkt bleiben.

Die Zecke muss mit einer speziellen Zeckenzange oder einer Pinzette komplett herausgezogen werden: die Zecke so nahe wie möglich an der Einstichstelle erfassen und vorsichtig nach oben ziehen, oder mit einer Drehbewegung „herausschrauben", ohne sie zu zerreißen.

Danach die Einstichstelle mit einem klassischen Desinfektionsmittel reinigen.

Wenn innerhalb ein paar Wochen nach einem Zeckenbiss grippeähnliche Symptome, oder eine Rötung und Schwellung um die Einstichstelle auftreten, **suchen Sie bitte unverzüglich Ihren Arzt auf!**

Mehr Infos auf Méi Infoen op

WWW.TIQUES.LU | WWW.ZECKEN.LU