

**Empfohlene Schutzmaßnahmen:**

- Zeckenabwehrmittel benutzen
- Dichte, geschlossene, möglichst helle Kleidung und Kopfbedeckung tragen
- Kleidung während und Körper nach der Arbeit nach Zecken absuchen
- Erste-Hilfe-Kasten z. B. um eine Pinzette sowie um ein Desinfektionsmittel zur Behandlung der Stichstelle ergänzen
- Zecke nach einem Stich möglichst rasch und ohne die Zecke zu quetschen entfernen (Zeckenzange, Pinzette, Zeckenkarte, Zeckenlasso, Finger); **kein** Klebstoff, Terpentin, Öl oder Ähnliches verwenden
- Hände und Wunde desinfizieren
- Zeckenstich ins Verbandbuch eintragen (Datum und betroffene Hautpartie, Tätigkeit, Datum Zeckenentfernung – Entfernung selbständig oder mit Arzt ggf. Anschrift)
- Stichstelle markieren und beobachten
- Auf Symptome achten (Wanderröte, grippales Unwohlsein) und beim Auftreten solcher Anzeichen sofort zum Arzt gehen (vgl. Borreliose)
- Wohnen oder arbeiten Sie in FSME-Risikogebieten oder beabsichtigen Sie, dort Urlaub zu machen? Lassen Sie sich rechtzeitig gegen FSME impfen. Wegen einer Impfung sprechen Sie bitte mit Ihrem Arzt.



sicher &amp; gesund

**Zecken:****Der richtige Schutz**

Herausgeber:  
Sozialversicherung für Landwirtschaft,  
Forsten und Gartenbau  
Weißensteinstraße 70-72  
34131 Kassel  
☎ 0561 9359-0  
[www.svlfg.de](http://www.svlfg.de)

Stand: 1/2016



Zecken gehören zu den Spinnentieren und ernähren sich vom Blut der Tiere oder Menschen, die sie stechen.

## Wann und wo kommen Zecken vor?

Vor allem in der warmen Jahreszeit zwischen März und Oktober lauern Zecken in der freien Natur. An Wald- und Wegrändern, im lichten Unterholz, in Gebüsch, an feuchten Bachufern und im hohen Gras halten sich die Zecken überwiegend auf und warten auf Tiere oder Menschen, an die sie sich heften und die sie stechen.

## Wen sticht die Zecke und wie?

Besonders gefährdet sind Personen, die sich aus beruflichen Gründen oder während Freizeitaktivitäten oft in der Natur aufhalten, insbesondere landwirtschaftliche Unternehmer, Wald- und Forstarbeiter, Förster, Freizeitsportler und Urlauber. Grundsätzlich kann jedoch jeder von einer Zecke gestochen werden, der sich in der Natur aufhält. Zecken lassen sich beispielsweise im Vorbeigehen von Gräsern und Sträuchern abstreifen. Zecken heften sich besonders gerne an nackte Körperbereiche, sie heften sich aber auch an die Kleidung und suchen sich später eine geeignete (warme) Einstichstelle (Achselhöhle, Haaransatz, Leistengegend, Kniekehle usw.). Beim Stechen gibt die Zecke eine betäubende Substanz ab, so dass man von dem Stich meist nichts bemerkt. Nach dem Stich verhakt sich die Zecke in der Haut des Opfers.

## Die Zecke kann Krankheiten übertragen

Die bedeutendsten durch den Stich des Holzbocks (*Ixodes ricinus*) übertragenen Infektionskrankheiten in Deutschland sind:

- Die Borreliose (eine bakterielle Infektion) und
- die Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME), eine Viruserkrankung.

Es ist von einer Infektionsgefährdung durch Borrelien in allen Teilen Deutschlands auszugehen, jedoch fehlen flächendeckende epidemiologische Untersuchungen. Viele Zecken sind zwar infiziert, aber nicht jeder Stich bedeutet automatisch, dass der Mensch an Borreliose erkrankt. Die Vermeidung eines Zeckenstichs ist die einzige Vorbeugung gegen Borreliose, denn es gibt dagegen keine Impfung. Da das Erkrankungsrisiko für diese Multisystemerkrankung mit der Dauer des Saugakts ansteigt, ist die Zecke nach dem Stich umgehend zu entfernen. Die Borreliose verläuft in drei Stadien:

### Stadium 1:

Als typisches Zeichen einer Borreliose entwickelt sich bei zahlreichen Erkrankten Tage bis Wochen nach dem Stich an der Stichstelle aus einer initialen Papel heraus eine scharf abgegrenzte, schmerzfreie, sich zentrifugal ausbreitende, im Zentrum oft eine Aufhellung aufweisende Hautrötung (Wanderröte). Allerdings tritt die Rötung nicht bei allen Borreliose-Patienten auf, sondern es kommt häufig zu grippeähnlichen Symptomen.

### Stadium 2:

Wochen bis Monate nach dem Zeckenstich können Beschwerden des Nervensystems, Gelenksbeschwerden, Herzrhythmusstörungen sowie einzelne Hautknoten auftreten.

### Stadium 3:

Infolge einer Erkrankung an Borreliose kann es auch noch nach Monaten oder Jahren nach dem Zeckenstich zu Schwellung von Gelenken, Beschwerden des Nervensystems und Hautveränderungen kommen.

#### Bei Symptomen sofort zum Arzt:

Bezüglich Borreliose ist wichtig, auf Symptome (Wanderröte, grippales Unwohlsein) zu achten und beim Auftreten solcher Anzeichen nach einem Zeckenstich, sofort zum Arzt zu gehen.

Als Risikogebiete werden vom Robert Koch-Institut (RKI) diejenigen Kreise definiert und bekannt gemacht, in denen bei Zeckenexposition ein erhöhtes Infektionsrisiko durch periodische Erkrankungsfälle belegt ist. FSME-Risikogebiete befinden sich vor allem in Baden-Württemberg, Bayern, südlichem Hessen und Thüringen. Darüber hinaus sind auch einzelne Landkreise in Rheinland-Pfalz (LK Birkenfeld), im Saarland (Saar-Pfalz-Kreis) sowie in Sachsen (LK Vogtlandkreis) betroffen. Eine aktuelle Karte der FSME-Risikogebiete in Deutschland ist unter [www.rki.de/fsme](http://www.rki.de/fsme) veröffentlicht. Die FSME verläuft typischerweise in 2 Phasen:

### Phase 1:

Ein bis drei Wochen nach dem Zeckenstich treten grippale Beschwerden auf.

### Phase 2:

Einige fieberfreie Tage, dann meist erneut Fieber und Entwicklung einer Meningitis – Hirnhautentzündung bzw. Enzephalitis – Gehirnentzündung mit Kopfschmerzen und Nackensteife.

Ein hoher Teil der FSME-Infektionen verläuft jedoch asymptomatisch, oder Phase 2 bleibt ganz aus. Da bleibende Schäden bis zum Tod möglich sind, ist es wichtig zu verhindern, dass eine Zecke stechen kann.

#### Im Gegensatz zur Borreliose gibt es gegen FSME eine Impfung:

Personen, die in FSME-Risikogebieten wohnen, beruflich tätig sind oder dort Urlaub machen, wird eine Impfung empfohlen. Sorgen Sie vor und lassen Sie sich rechtzeitig gegen FSME impfen.