

## Gesundheitsgefahren durch Zecken

### Bayerische Sommer-Idyllen genießen – aber sicher

Bayern im Juli 2012: Der Sommer ist da! Vielerorts noch etwas verhalten, mit Wolken und Wolkenbrüchen durchwachsen, dennoch locken uns warme Temperaturen und lange Abende hinaus in die Natur. Durch Feld, Wald und Wiesen krabbeln allerdings nicht nur die Urlauber aus den anderen Bundesländern, die schon Sommerferien haben. Auf Grashalmen und im Gestrüpp warten schon wesentlich unsympathischere und potenziell gefährliche Plagegeister: Zecken, in Deutschland meist Marke Gemeiner Holzbock, sitzen als Nymphen (in einem früheren Entwicklungsstadium) oder erwachsene Männchen und Weibchen mit ausgestreckten Sinnesorganen im saftigen Grün und machen sich sprungbereit, wenn unser Schatten auf sie fällt und sie uns riechen.

Einmal auf dem menschlichen „Wirt“ angekommen, krabbelt der zwischen 2,5 und 4 Millimeter große Blutsauger eine ganze Weile auf Kleidung und Haut seines Lieblingsessens herum, nämlich eine bis mehrere Stunden. Er ist wählerisch und sucht sich warme, gut durchblutete Hautstellen, gern versteckt er sich auch an behaarten Stellen oder in gemütlichen Hautfalten. Der Haaransatz im Nacken, Achseln, Knie- und Armbeugen, Bauchnabel und Schambereich sind daher seine bevorzugten Destinationen. Gefährlich sind die zu den Milben gehörenden, achtbeinigen Spinnentierchen nicht primär wegen ihrer Stiche (auch fälschlicherweise als „Zeckenbisse“ bezeichnet), bei denen sie ihre Saugwerkzeuge mit Widerhaken und Zement in der menschlichen Haut verankern. Weil sie im Lauf ihres Lebens schon an anderen Blutquellen getankt haben und während des Saugvorgangs selbst Flüssigkeit in die Einstichstelle abgeben – unverdauliche Nahrungsbestandteile, Entzündungs- und Gerinnungshemmer, Enzyme, schmerzstillende Substanzen und Immunsuppressoren, um sich vom Wirt unbemerkt volllaufen zu lassen – können sie gefährliche Infektionskrankheiten übertragen.

### Gesundheitsgefahren durch den Gemeinen Holzbock

Gefürchtet ist besonders die **Borreliose**, die mit unspezifischen, grippeähnlichen Krankheitssymptomen einhergeht und daher schwer zu diagnostizieren ist. Gegen diese bakterielle Infektionserkrankung gibt es keinen wirksamen Impfschutz. In frühem Stadium ist sie mit Antibiotika gut behandelbar, aber sie kann auch unentdeckt zum schweren chronischen Leiden werden. Jährlich erkranken in Deutschland 50. 000 bis 100. 000 Menschen. Die Wahrscheinlichkeit einer Borreliose-Infektion steigt mit der Saugdauer der Zecke, daher ist schnelle Entfernung der saugenden Biester geboten.

Gegen die zweite mögliche Begleiterscheinung eines Zeckenstiches, der **Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME)** gibt es einen wirksamen Impfschutz, der für alle Risikogebiete, so auch ganz Bayern, von Experten empfohlen wird. Die Viruserkrankung kann zu Hirnhautreizung oder –entzündung sowie Ausfällen des Zentralnervensystems und im schlimmsten Fall zum Tod führen. Anders als der Name der Erkrankung suggeriert, besteht ein Infektionsrisiko praktisch durchgehend von März bis Oktober, in milden Wintern bei Temperaturen über 8 Grad Celsius ebenfalls. In den Risikogebieten sind schätzungsweise 0,1 bis 5 Prozent aller Zecken mit dem Virus befallen, allerdings kommt es nach dem Kontakt mit dem infizierten Speichel der Zecke nicht automatisch zu einem (spürbaren) Krankheitsausbruch. Entscheidend ist hier die kritische Virenlast. Dennoch ist die FSME eine ernst zu nehmende – und vermeidbare! – Gesundheitsgefahr.

Neben weiteren, aber seltenen Infektionskrankheiten, die von Zecken übertragen werden können und häufig mit Fieber verbunden sind, sind **allergische Reaktionen** auf einen

Zeckenstich ebenfalls möglich und keineswegs harmlos. Auch hier ist das Sekret, das die Zecke an der Einstichstelle in den Blutkreislauf abgibt, der Auslöser für die Überreaktion unseres Immunsystems. Bei empfindlichen Personen kann es zu Lähmungserscheinungen kommen, die besonders bei Zeckenstichen in der Nähe der Wirbelsäule und des Kopfes gefährlich werden können.

### **Beste Vorbeugung gegen Zeckenstiche: Anziehen!**

Wer sich nach all diesen Informationen noch Bilder von vollgesogenen Zecken ansieht – besonders die weiblichen Tiere saugen ein Vielfaches ihres Körpergewichts an Blut – mag sich möglicherweise gar nicht mehr auf der Picknickdecke im Grünen niederlassen. Doch Panik ist unbegründet, wenn man einige Vorsichtsmaßnahmen beachtet: Bei Ausflügen ins Grüne stets geschlossene Schuhe und lange, am besten unten mit einem Gummizug verengte, helle Hosen tragen, auf denen man die achtbeinigen, schwarzen Tierchen gut sieht. Man kann auch die Socken über den Hosensaum ziehen. Nach Querfeldein-Spaziergängen durch Gras, Laub und Gebüsch immer ganz ausziehen, duschen und den ganzen Körper absuchen, am besten gegenseitig. Die Zecke saugt sich, wie oben erwähnt, erst nach längerem Herumkrabbeln an der Haut fest. Unterwäsche ausschütteln und auch Kinder absuchen, auch am behaarten Kopf. Entgegen landläufiger Meinung lassen sich Zecken nicht von oben, etwa Ästen, auf ihre Wirte herunterfallen. Sie sitzen im Gras oder losem Laub in Bodennähe. Gängige Insektenschutzmittel helfen bedingt gegen Zecken, ihre abschreckende Wirkung auf die Tiere verfliegt nach 1-2 Stunden, so dass die Anwendung häufiger wiederholt werden muss.

### **Zeckenbiss zur Mittagsstunde – kein Grund zur Panik!**

Ist es doch einmal passiert und eine Zecke hat sich an einer Hautstelle festgebissen, Ruhe bewahren. Je schneller die festgesaugte Zecke entfernt wird, desto weniger gefährliches Sekret kann sie in die Einstichstelle abgeben. Um dies zu verhindern, wird auch dringend davon abgeraten, Öl, Klebstoff oder andere Substanzen auf die Zecke zu träufeln. Das in Atemnot geratene Tier würde nur umso mehr Sekret in die Wunde „spucken“. Die Gefahr durch einen abgerissenen Saugapparat (auch irrtümlich „Kopf“ der Zecke genannt), der beim Herausziehen mitsamt seinen Widerhaken in der Wunde stecken bleibt, ist vergleichsweise geringer. Die Haupt-Krankheitsgefahr birgt das viren- oder bakterienbelastete Verdauungsssekret, das möglichst da bleiben soll, wo es ist, im „Magen“ der Zecke (also im Abdomen), nicht im „Kopf“ (Saugapparat).

### **Die Zecke herausziehen – mit Gefühl**

Festgesogene Zecken entfernt man am besten mit einer Zeckenzange, einer speziell geformten Pinzette, oder mit einer Zeckenkarte. Man greift das Tier möglichst dicht über der Haut und zieht langsam, unter leichten Ruck- und Drehbewegungen, die das Tier möglichst zum Lösen des Saugapparats bewegen sollen. Also: langsam und vorsichtig ziehen, damit der Saugapparat möglichst nicht abreißt. Hat man keine Zeckenzange zur Hand, sollte man trotzdem nicht unnötig lange mit dem Entfernen der Zecke warten – eine normale Pinzette tut es auch. Ganz Geschickte nehmen die Zecke ins „Fadenkreuz“ eines kreuzweise den Saugstachel umgreifenden Stückes Garn und ziehen die Zecke so heraus. Wie schon oben erwähnt – ein versehentlich abgerissener und steckengebliebener Stachel wird in normalerweise wie andere Fremdkörper auch vom Körper selbst herausgetrieben und bleibt in aller Regel folgenlos.

### **Einstichstelle beobachten, auf Symptome achten**

Auch wenn das Entfernen der Zecke gelungen ist, sollte man einen Zeckenstich über mehrere Tage aufmerksam beobachten. Rötet sich die Haut um die Einstichstelle, kann eine Infektion vorliegen. Auch bei Fieber, Kopfschmerzen oder Gleichgewichtsstörungen unbedingt einen Arzt aufsuchen. Wer sicher gehen möchte, lässt sich in jedem Fall nach einem Zeckenstich untersuchen.

### **Regionale Gesundheitsinformationen für Bayern auf Apotheke.by**

Unter der Domain [www.Apotheke.by](http://www.Apotheke.by) finden Gesundheitsbewusste wertvolle Tipps von Gesundheitsanbietern in Bayern bis hin zu einer Datenbank mit Omas Hausmitteln. Das Portal der Pharmacy Services AG ist als Einziges seiner Art speziell auf die Gegebenheiten und Bedürfnisse in Bayern zugeschnitten und bietet eine Fülle wertvoller Informationen zum Gesundwerden und –bleiben. Gemeinsam mit seinen Partnerunternehmen bietet das Portal auch die sichere und übersichtliche Bestellmöglichkeit für rezeptfreie Arzneimittel im Internet an.