

# SCHUTZ VOR ZECKEN

Dies soll uns helfen, uns vor Zecken und ihren Krankheiten schützen zu können. Nur wenige Zeckenbisse führen jedoch zu Krankheiten, daher keine Angst!

In den letzten Jahre ist der Zeckenbestand stark gewachsen. Zecken leben in Höhen bis etwa 1.000–1.500 m. Sie sind aktiv in der Zeit von März bis Oktober.

## Was ist das für ein Tier

Die Zecke (Holz- oder Ginstertick) gehört zu den Spinnentieren. Sie kommt in drei Entwicklungsformen vor, Larve (<1 mm), Nympe (etwa 1,5 mm) und erwachsene Zecke (etwa 5–7 mm). In jeder dieser Phasen muss die Zecke einmal Blut saugen, um sich weiterzuentwickeln und in der letzten Form dann auch Eier zu legen. Mit der Nympe haben wir es am meisten zu tun.

## Vorkommen

Die Zecke lässt sich nicht von Bäumen fallen, sondern sie lebt in einer Höhe bis etwa 1,5 m überall im Gras, Farn, Unterholz, feuchtem Laub und Gestrüpp. Wenn man daran vorbeistreift, hält sie sich fest und sucht sich einen Platz zum Stechen.

## Gefahren

Sie sticht (häufig in Kniekehlen, Achseln, Haaransatz oder Genitalbereich) und saugt dort über einige Tage Blut. Da ihr Speichel ein Betäubungsmittel enthält, merkt man den Biss nicht sofort. Bei uns werden hauptsächlich zwei Krankheiten übertragen, FSME und Borreliose.

### FSME (eventuell Schutzimpfung sinnvoll!)

FSME (Früh-Sommer-Meningo-Enzephalitis) wird durch ein Virus ausgelöst und sofort nach dem Biss übertragen. Hauptsächlich in der Südhälfte Deutschlands tragen Zecken teilweise dieses Virus. Im Internet sind Landkarten über diese Gebiete abrufbar. Es kann eine gefährliche Gehirnhautentzündung auslösen. Man kann sich dagegen impfen lassen. Wohnt ihr in diesen Gebieten oder besucht dort Rangers-Lehrgänge, spricht mit eurem Arzt über die Impfung. Gegen die Krankheit ist nach Ausbruch keine direkte Behandlung mehr möglich. Sie kann bleibende Schäden verursachen und (selten) zum Tod führen.

### Borreliose (keine Schutzimpfung möglich!)

(Lyme-)Borreliose wird durch ein im Verdauungstrakt der Zecke lebendes Bakterium verursacht. Bis zu einem Drittel aller Zecken in Deutschland sind damit infiziert. Es gibt keine Impfung. Eine Infektion muss möglichst früh mit Antibiotika behandelt werden. Die Infektion mit Borrelien erfolgt erst nach etwa 12–24 Stunden. Wird eine Zecke also frühzeitig beseitigt, wird meist eine Infektion vermieden. Borreliose kann schwerwiegend und chronisch werden, auch Nervenschäden und bestimmte Formen von Gelenkschäden treten auf. In späteren Stadien ist diese Erkrankung nur schwer erfolgreich zu behandeln.

## Schutzmaßnahmen

### Kleidung

Lange, geschlossene, helle Kleidung und Kopfbedeckung bieten guten Schutz. Die Lücken zwischen Hosenbeinen und Socken verschließen. In den Hosensaum einen Schnürsenkel einziehen und ihn zuziehen, ein Stiefelgummi verwenden oder die Hose in die Socken ziehen. Auf heller Kleidung sieht man Zecken als kleine schwarze Punkte.

### Zeckengebiete vermeiden

Zecken leben nicht auf Wegen. Wer nicht querfeldein geht, Wiesen, Waldränder, Unterholz und Gestrüpp meidet, wird ihnen weniger begegnen. Beim Hinsetzen oder Übernachten eine Unterlage benutzen (z. B. dünne Kunststoff-Tapezierfolie aus dem Baumarkt).

## Zeckenabwehrmittel

Stiftung Warentest hat April 2001 18 Zecken-Repellants getestet, nur drei wurden in der Wirksamkeit gegen Zecken mit sehr gut bewertet. Die meisten erhielten darin ein mangelhaft! Diese drei sind: Zanzarin Bio-Hautschutz Lotion, Nexa-Lotte natur Hautschutz-Milch und Autan Active (als einziges auch gute Wirkung gegen Mücken). Alle 2 Stunden erneut anwenden! Alle unbedeckten Hautpartien behandeln, ferner (Spray!) auch, wo Hosenbeine und Socken zusammen kommen. Vorher prüfen, ob Flecken auf Kleidung erzeugt werden.

## Nachsorge

Sich häufig – auch gegenseitig – sorgfältig nach Zecken (1–1,5 mm!) absuchen. Im Biwak den gesamten Körper inspizieren, besonders Kniekehlen, Achseln, Haaransatz und Genitalbereich. Zecken immer sofort entfernen. Wer erst am nächsten Wochentag zum Arzt geht, gibt ihnen mehr Zeit zu saugen und erhöht das Infektionsrisiko (besonders bei Borreliose)!

## Zecken-Entfernung

Nie Zecken mit Leim, Öl oder Creme abdecken. Sie geben dann besonders viel Krankheitsserregern von sich. Zeckenpinzetten aus Kunststoff sind eher auf die ausgewachsenen Zecken zugeschnitten und nicht auf die meistens beim Menschen vorkommenden Nymphen. Am besten entfernt man die Zecke mit einer spitze Splitterpinzette, indem man sie ohne Quetschen des Hinterleibes an ihrem Kopf fasst und herausdreht oder -zieht. Wenn er abreißt (Beißwerkzeuge mit Widerhaken), wird er wie ein Splitter entfernt. Die Bissstelle mit Betaisodona (Vorsicht bei Jodallergien, nur an sich selbst anwenden!) oder Octenisept desinfizieren. Auch Brennspiritus (= Alkohol) ist verwendbar. In den nächsten Wochen diese Stelle häufig auf Hautänderungen kontrollieren!

## Krankheitssymptome

Wenn selbst Wochen später Hautveränderungen auftreten, wie rote Ringe um die Bissstelle (Wanderröte), sofort den Arzt aufsuchen, auch bei Grippe-symptomen, Gliederschmerzen, Abgeschlagenheit, Nackensteifigkeit oder Kopfschmerzen! Ihm mitteilen, dass ihr Zeckenbisse hattet oder diese denkbar sind. Die Diagnose ist nicht immer einfach, eure Hilfe ist nötig. Besonders Kinder (möglichst auch Eltern) nach jedem Tag draußen aufklären!

## Aufklärung ist wichtig

Immer wieder auf diese Zusammenhänge hinweisen, damit Zeckenbisse vermieden und richtig behandelt werden! Zum Beispiel kann dieses Hinweisblatt ausgegeben werden.

## Nachsatz

Viel über Zecken findet ihr im Internet (z.B. [www.baxter.de](http://www.baxter.de)). Es werden auch Bilder von Hautveränderungen etc. gezeigt. Es geht nicht darum, Angst zu erzeugen, sondern die Risiken für uns und unsere Rangers möglichst klein zu halten, um zusammen viele schöne Stunden in Gottes wunderbarer Natur verbringen können.

Gottes Segen und „Gut Pfad ohne Zecken!“ wünscht Karsten Schlüter, Stamm 197 Aachen, [k.schlueter@t-online.de](mailto:k.schlueter@t-online.de)