

Die Zecken sicher entfernen

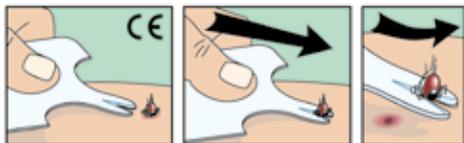
Wenn die Zecke bereits gestochen hat, sollte sie so entfernt werden, ohne dass ihre gefährlichen Bakterien in den Körper gelangen. Pinzette, Zeckenzange, Öl, Klebstoff, ausdrehen – alle diese Maßnahmen haben sich weniger bewährt. Am besten können Sie die Zecke mit dieser Karte entfernen:



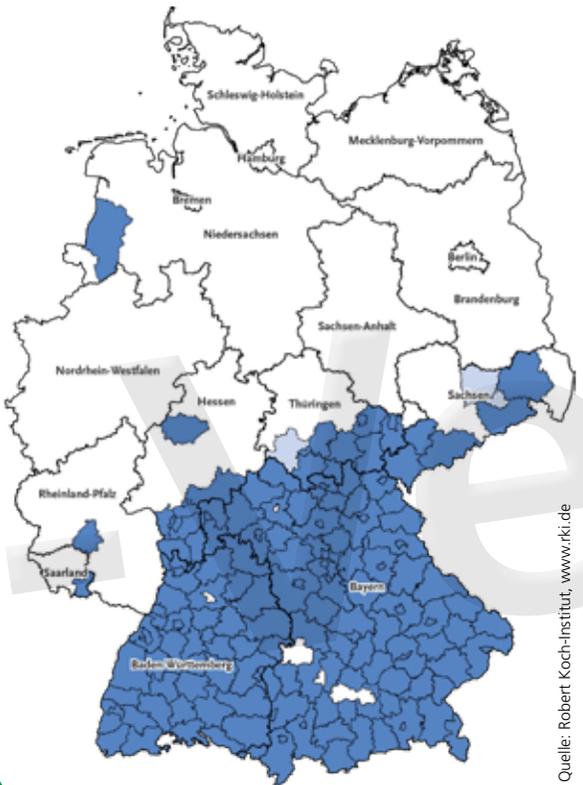
Sie gehen folgendermaßen vor:

Die Einkerbung der Karte unter die Zecke führen, die Karte vorne leicht anheben und ruhig gleitend weiterschieben. Mit der kleineren Einkerbung entfernen Sie den Stachel oder noch nicht vollgesogene Zecken.

Tipp: Bewahren Sie die Karte bei den übrigen Scheckkarten auf. So ist die AOK Zeckenkarte immer dabei!



FSME-Risikogebiete in Deutschland



Quelle: Robert Koch-Institut, www.rki.de

■ = FSME-Risikogebiete
■ = Neue Risikogebiete 2020



FSME-Impfung

Gegen Zecken schützen

www.aok.de



Zecken sind weit verbreitet

Zecken gehören als parasitische Milben zu den Spinnentieren und kommen weltweit vor. Der sogenannte gemeine Holzbock ist in Europa die häufigste Zeckenart. Zecken bevorzugen hohe Luftfeuchtigkeit und relative Wärme. Sie halten sich vornehmlich im Gestrüpp, in hohen Gräsern und Farnen oder im Unterholz auf (bis ca. 1,5 m Höhe). Dies entspricht etwa der Größe des potenziellen Wirtes (Tiere, Menschen). Die weit verbreitete Ansicht, dass sich Zecken von Bäumen herabfallen lassen, trifft in der Regel nicht zu – sie werden einfach „abgestreift“.

Ihre Aktivitäten entfalten Zecken normalerweise von März bis November, doch können sich klima-/wetterabhängig auch Abweichungen ergeben.

Dem Zeckenbiss vorbeugen

Nach einem Aufenthalt in typischen Zeckengebieten (z. B. Sträucher, Gebüsch, hohe Gräser) ist es sinnvoll, Kleidung und Körper nach evtl. Zecken abzusuchen, weil sie mehrere Stunden am Körper umherschauen, um eine geschützte Einstichstelle zu finden. Einen gewissen Schutz bieten Kopfbedeckung, lange Hosen, bedeckte Arme und Schuhe mit hohem Schaft.

Zecken-Enzephalitis

Die Zecke kann die Frühsommer-Meningo-Enzephalitis-FSME auf den Menschen übertragen. Bei etwa einem Drittel der von einer infizierten Zecke gestochenen Menschen kommt es nach 5–14 Tagen zu einer uncharakteristischen, erkältungsartigen Krankheit mit leichtem Fieber, Kopf-, Kreuz- und Gliederschmerzen, ggf. Verdauungsstörungen.

Nach etwa einer Woche ohne Fieber usw. treten plötzlich heftige Kopf- und Nackenschmerzen, hohes Fieber und Nackensteifigkeit auf. In schweren Fällen kommt es zu Lähmungen der Augen-, Gesichts- und Blasenmuskulatur sowie der Extremitäten. Bei einem Teil dieser Patienten ist mit Folgeschäden wie lang anhaltende Kopfschmerzen, Konzentrationsstörungen, vegetative Beschwerden und Lähmungserscheinungen zu rechnen. Auch die Leberzellen und der Herzmuskel können befallen werden.



Vorsicht: Lyme-Borreliose

Die FSME-Impfung schützt nicht gegen die sogenannte Lyme-Borreliose. Zecken übertragen auch diese Bakterien. In den meisten Fällen bilden sich Antikörper und es kommt nicht zum Krankheitsausbruch. Auffallendes Zeichen ist oftmals eine ringförmige Rötung um die Bissstelle. Es folgen grippeartige Beschwerden. Wichtig: Wenn Sie die hier beschriebenen Krankheitsanzeichen bemerken, suchen Sie unbedingt sofort einen Arzt auf.

FSME – Die Schutzimpfung

Die Impfung ist vor allem für Personen angezeigt, die sich in Risikogebieten aufhalten. Die FSME-Impfung sollte zu Beginn der Zeckensaison abgeschlossen sein. Grundimmunisierung und Auffrischimpfungen erfolgen nach den Angaben in den Fachinformationen. Die Kosten dafür übernimmt unsere AOK. Risikogebiete betreffen in erster Linie Süddeutschland, insbesondere Baden-Württemberg und Bayern sowie Teile von Hessen, Niedersachsen, Rheinland-Pfalz, Saarland, Sachsen und Thüringen. Näheres dazu unter www.rki.de → Infektionsschutz → Impfen → Impfungen A–Z → FSME. FSME-Risikogebiete gibt es auch außerhalb Deutschlands.

Eine berufliche Gefährdung gilt zum Beispiel für entsprechendes Laborpersonal und für Personen in Risikogebieten (z. B. Fortbeschäftigte, Landwirte).



Sehr geehrte Versicherte,
sehr geehrter Versicherter,

Zecken können gefährliche Krankheiten übertragen.

Davor schützt in erster Linie eine spezielle Impfung und als vorbeugende Maßnahme das Absuchen des Körpers nach einem Aufenthalt im Freien.

Hat sich eine Zecke einmal „festgebissen“, dann können Sie diese am besten mit unserer Zeckenkarte entfernen. Tipp: Bei Krankheitsanzeichen unbedingt ärztlichen Rat einholen!

Ihre

AOK – Die Gesundheitskasse