

## Zeckenschutz: Was man wissen sollte

### Tipps der AOK Sachsen-Anhalt gegen die gefährlichen Blutsauger

**Mit steigenden Temperaturen gehen wieder die Zecken auf Nahrungssuche. Ihr Ziel: Blut. Die meisten Menschen bemerken nicht, wenn sie von einer Zecke gestochen werden. Fatal, denn die kleinen Spinnentiere können zwei sehr gefährliche Krankheiten übertragen. Eine FSME-Impfung kann dem teilweise vorbeugen. Die AOK Sachsen-Anhalt erklärt, wie man sich zusätzlich vor den Blutsaugern schützen kann.**

18. Februar 2020 / Magdeburg - Zecken lauern in Sträuchern, auf Bäumen und im hohen Gras. Einige Tiere bewegen sich auch aktiv in die Richtung ihrer Opfer. Diese erkennen sie am Geruch, ihre empfindlichen Sinnesorgane reagieren auf Ammoniak, Kohlendioxid und Buttersäure. Wenn sich Wirt und Zecke berühren, greift sich der Blutsauger sofort fest und bohrt seinen Saugrüssel in die Haut. Oft verbleiben die Zecken über Tage am Körper ihres Wirts, bis sie sich mit Blut vollgesaugt haben.

### Welche Krankheiten übertragen Zecken?

Zecken können zwei gefährliche Krankheiten übertragen: Borreliose und Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME).

Treten nach einem Zeckenstich Hautrötungen auf, sollte schnell ein Arzt aufgesucht werden, da es sich um typische Borreliose-Symptome handeln könnte. Borreliose kann zum Beispiel zu Nervenlähmungen und Gelenkentzündungen führen. Allerdings ist der Ausbruch der Krankheit selbst nach dem Stich einer infizierten Zecke eher unwahrscheinlich. Laut Robert-Koch-Institut führen 0,3 bis 1,4 Prozent der Zeckenstiche zu Borreliose-Symptomen, und weniger als jede dritte Zecke ist überhaupt infiziert.

Die zweite Krankheit, die FSME, äußert sich mit schweren Grippe-symptomen und Kopfschmerzen und kann sogar zu einer Hirnhautentzündung führen. Sie ist allerdings noch seltener als die Borreliose.

### In welchen Regionen treten die Krankheiten auf?

Borreliose ist in ganz Deutschland verbreitet, hat aber einen Schwerpunkt in einem Streifen im Osten des Landes, der etwa vom Oderbruch bis in den Bayrischen Wald reicht.

FSME hingegen tritt regional sehr unterschiedlich auf. Risikogebiete sind Bayern, Baden-Württemberg sowie angrenzende Teile Hessens, Thüringens und Sachsens. In anderen Teilen Deutschlands sind bislang entweder keine oder nur einzelne Erkrankungen aufgetreten.

Eine aktuelle Übersicht der Risikogebieten hat das Robert-Koch-Institut:

[https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/F/FSME/Karte\\_FSME.html](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/F/FSME/Karte_FSME.html)

### Wie kann ich mich schützen?

Der beste Schutz besteht in der regelmäßigen Kontrolle des Körpers. Da der Zeckenstich keinerlei Schmerzen, Jucken oder ähnliches verursacht, muss der Körper am besten nach jedem Spaziergang in der Natur abgetastet werden. Entdeckte Zecken sollten mit einer Pinzette oder Zeckenzange nahe der Hautoberfläche gegriffen und langsam und gerade aus der Haut gezogen werden, ohne das Tier zu zerdrücken. Die Stichstelle sollte desinfiziert und noch eine Weile auf Rötungen beobachtet werden. Ähnlich sollte übrigens auch bei Vierbeinern vorgegangen werden. Bei diesen haben Zecken noch viel leichteres Spiel als bei Menschen. Vorbeugend wirken körperbedeckende Kleidung und feste Schuhe. So findet die Zecke möglichst wenige Angriffspunkte.

### **AOK übernimmt Schutzimpfung**

Gegen FSME gibt es eine schützende Impfung. Die AOK übernimmt die Kosten der so genannten „Zeckenschutzimpfung“ (FSME-Schutzimpfung) für Personen, die in den Risikogebieten Deutschlands leben oder in diese reisen. Für einen optimalen Schutz sind drei Impfdosen nötig, die der Arzt über einen Zeitraum von mehreren Monaten verabreicht. Die Grundimmunisierung sollte nach drei bis fünf Jahren aufgefrischt werden.