

Achtung Zecken!

In der warmen Jahreszeit halten sich Mensch und Tier gerne im Garten oder Park auf, man geht im Wald spazieren oder picknickt auf einer schönen Wiese. Die Menschen genießen den Sommer in der grünen Natur, vergessen aber leider allzu oft eine unsichtbare Gefahr, die am Wegesrand lauert: Die Zecke! Die alljährliche Zeckensaison hat wieder begonnen: Zwischen März und November sind die kleinen Blutsauger besonders häufig anzutreffen, denn am wohlsten fühlen sie sich bei Temperaturen zwischen 15 bis 20 Grad. Je nach Wetterlage und Temperaturen kann man aktive Zecken aber auch im Dezember finden. Nach einem sehr milden Winter, wie auch in diesem Jahr, sind in vielen Gebieten nur wenige Zecken abgestorben, und so wächst die Zeckenpopulation im Frühjahr sprunghaft an: Die Häufigkeit und Aktivität der Zecken wird nicht nur zu einer echten Plage, sondern kann sogar zu einer echten Gefahr für den Menschen werden. Zecken sind normalerweise relativ harmlos, es sei denn, sie sind mit Krankheitserregern infiziert - dann kann ein Zeckenstich lebensgefährlich sein. Doch wie und wo lauern die Blutsauger uns auf? Welche Krankheiten können durch Zeckenstiche übertragen werden? Wie kann man sich vor Zecken schützen? Welche Hilfsmittel eignen sich zum Entfernen von Zecken? Wir haben hier die wichtigsten Informationen, Tipps und Vorsichtsmaßnahmen für Euch!



Weltweite Plage: Vorkommen und Lebensraum

Zecken (Ixodida) sind ein bis zwei Millimeter kleine stechende und blutsaugende Parasiten, die auf der ganzen Welt verbreitet sind: Weltweit gibt es hunderte Zeckenarten, der Gemeine Holzbock (Schildzecke) ist dabei die in Europa häufigste Zeckenart. Die weitläufige Verbreitung der Zecken bis in den Norden erfolgte von den südlichen und warmen Ländern ausgehend flächendeckend hauptsächlich durch die Mobilität ihrer Wirte. In Deutschland gibt es sie inzwischen nahezu überall, denn auch das Klima hierzulande ist in den letzten Jahren viel milder geworden. Zecken lassen sich nicht, wie viele Menschen glauben, von Bäumen fallen - sie leben am Boden, im hohen Gras, auf Buschzweigen und im Unterholz. Ihr bevorzugter Lebensraum ist an Waldrändern, auf Lichtungen und Wiesen oder an Bächen, aber auch in Gärten oder Parks sind sie zu finden. Zeckenlarven können auf Gräsern und Büschen eine Höhe von bis zu fünfzehn Zentimetern,



Nymphen bis zu fünfzig Zentimetern und erwachsene Zecken bis zu anderthalb Metern erklettern. Eine Zecke wartet dort auf einen vorbeikommenden Warmblüter und lässt sich schon durch einen kurzen Kontakt unbemerkt von seinem Opfer abstreifen. Zecken lieben Wärme und Feuchtigkeit, deshalb sind sie besonders nach einem sommerlichen Regentag hoch aktiv.

Auf der Lauer: Die Suche nach einem Wirt

Zecken können geduldig monatelang auf Lauer liegen, bis ein potentielles Opfer vorbeikommt, denn sie kommen extrem lange Zeit ohne Nahrung aus. Die augenlosen Spinnentiere erfühlen einen Wirt durch ein spezielles Sinnesorgan, das im vordersten Beinpaar steckt, das Hallersche Organ. Dieses Organ reagiert auf Gerüche, auf thermische und chemische Ausdünstungen (Fettsäuren aus dem Schweiß und Kohlendioxid aus der Atmung) von sich nähernden Lebewesen. Wird eine wartende Zecke durch diese Geruchsreize, durch Vibrationen oder durch Änderungen der Lichtverhältnisse vorgewarnt, dass sich eine mögliche Mahlzeit nähert, begibt sie sich sofort in Lauerstellung und hängt sich, sobald sie gestreift wird, blitzschnell an das erste vorbeikommende Lebewesen.

Kleine Blutsauger: Der Zeckenstich

Auch wenn häufig von einem Zeckenbiss die Rede ist: Zecken beißen nicht, sie stechen. Am Kopf sind Zecken mit einem Stechrüssel samt Widerhaken ausgerüstet. Die Zecke ritzt mit ihren scherenartigen Mundwerkzeugen die Haut ihres Wirtes auf und steckt ihren Stechapparat in die geöffnete Stelle. Dieser Rüssel, das Hypostom, ist symmetrisch mit Widerhaken besetzt, mit dem sie sich in ihrem Wirt verankert, damit sie nicht abfällt. Schon beim Zusteichen injiziert die Zecke ihren Speichel in die Wunde, der mehrere Funktionen hat: Er betäubt die Einstichstelle, wirkt gerinnungsstoppend, entzündungshemmend und verhindert so die normale Wundreaktion der Haut - das Blut bleibt flüssig und kann von der Zecke aufgenommen werden. Nun kann sich die Zecke über mehrere Tage mit Blut vollsaugen und dabei eine Größe von bis zu einem Zentimeter erlangen. Beim Saugvorgang gibt die Zecke immer wieder überschüssige Flüssigkeit an den Wirt zurück, wodurch Krankheitserreger übertragen werden können, die sich im Darm der Zecke befinden. Auch wenn eine Infektion nach einem Stich nicht vollständig ausgeschlossen werden kann: Je schneller eine Zecke entdeckt und fachgerecht entfernt wird, umso geringer ist das Risiko einer Erkrankung.

Gefahr beim Stich: Krankheiten werden übertragen

Zecken können Überträger vieler Krankheiten sein. In Deutschland können Menschen nach einem Zeckenstich vor allem an Borreliose oder der Frühsommer-Meningo-Enzephalitis (FSME) erkranken. Die FSME-Viren befinden sich im Speichel der infizierten Zecken, weshalb sie schon direkt beim Stich übertragen werden können. Borreliose-Erreger befinden sich im Darm einer infizierten Zecke und werden vermutlich erst nach etwa 24 Stunden übertragen. Daher Vorsicht: Auch ein unfachgemäßes Entfernen von Zecken kann dazu führen, dass der Darminhalt der Zecke samt Erregern über die Einstichstelle in den Blutkreislauf des Wirtes gerät. Auch wenn ein Zeckenstich in der Regel zunächst nicht zu spüren ist: Entzündete Zeckenstiche können erste Hinweise auf eine Erkrankung sein - und es sollte unbedingt ein Arzt aufgesucht



werden (idealerweise zusätzlich die entfernte Zecke für spätere Diagnosen in einem Behältnis aufbewahren).

Bakterien und Viren: Borreliose und FSME

Krankheitserreger der Lyme-Borreliose ist eine Bakterienart, die Borrelien, und etwa 10 bis 35 Prozent aller Zecken in Europa tragen diese Erreger in sich. Eine genaue Diagnostik von Borreliose ist schwierig, da verschiedene, auch für andere Krankheiten typische Symptome (Abgeschlagenheit, Kopf- und Gliederschmerzen und Fieber) auftreten. Ein spezifisches Symptom kann jedoch eine Wanderröte sein, eine sich ringförmig ausdehnende Rötung der Haut. Als Folge der Erkrankung könnte es zum Befall der Gelenke, Herzmuskel-Entzündungen oder Nervenlähmungen kommen. Eine Borreliose kann durch ein frühzeitiges Entdecken und sorgfältiges Entfernen der Zecke vermieden werden, eine Schutzimpfung ist leider nicht möglich. Da es sich bei den Erregern um Bakterien handelt, kann ein Antibiotikum zur Behandlung eingesetzt werden. Im Gegensatz zu den Borrelien-Bakterien handelt es sich beim Auslöser der FSME um Viren, die übertragen werden. In Deutschland tragen etwa 1 bis 5 Prozent aller Zecken das FSME-Virus, doch nicht jeder Stich einer infizierten Zecke führt beim Menschen automatisch zu einer FSME-Erkrankung. Durch Beteiligung des Zentralnervensystems mit Entzündungen von Gehirn und Hirnhäuten können bleibende neurologische Schäden wie chronische Kopfschmerzen oder Lähmungen entstehen. In Einzelfällen kann eine FSME sogar tödlich verlaufen. Eine FSME-Infektion kann durch das Entfernen der Zecke nicht verhindert werden, dringend empfohlen wird daher besonders in Risikogebieten zur Vorbeugung eine FSME-Schutzimpfung (auch allgemein als "Zeckenimpfstoff" bezeichnet - dieser schützt jedoch nicht vor Borreliose!). In Deutschland befinden sich die Risikogebiete vor allem im süddeutschen Raum, in den letzten Jahren erfolgte die Ausweitung der FSME-Risikogebiete aber auch in Richtung Osten und Norden (aktuelle Daten werden regelmäßig vom Robert-Koch-Institut veröffentlicht: <http://www.rki.de>).

Gut vorbeugen: Wie man sich schützen kann

Insekten- oder spezielle Zeckenschutzmittel (siehe Extra-Tipps) wirken nur eingeschränkt, sie bieten zwar keinen vollständigen, aber dennoch einen gewissen vorbeugenden Schutz. Dazu alle freien Hautstellen (auch das Gesicht) einreiben, wichtig besonders die Stellen, an denen die Zecken von der Kleidung auf die Haut kommen können. Bei einem Aufenthalt in der freien Natur wird das Tragen von geschlossener Kleidung empfohlen (langärmelige Oberteile und Hosen, geschlossene Schuhe, Socken über die Hosen ziehen etc.), um den Zecken so wenig Hautkontakt wie möglich zu ermöglichen. Helle Kleidung ist dabei besser als dunkle, denn darauf kann man Zecken gut erkennen und noch vor einem Stich entfernen. Getragene Kleidung sollte nach dem Aufenthalt im Freien nicht nur extra abgesucht, sondern am besten gleich gewaschen werden. Im Freien selbst sollten nach Möglichkeit Zeckenbiotope wie hohes Gras, Unterholz, Bachränder und Gebüsche gemieden werden.

Nur keinen Druck: Zecken richtig entfernen

Zecken dürfen nicht mit Gewalt entfernt werden. Bei einer unsachgemäßen Dreh- oder Reißbewegung bleibt sonst der abgetrennte Kopf der Zecke in der Haut hängen, was zu Entzündungen führen kann. Finger weg von "Geheimtipps" zum



Entfernen von Zecken wie Abbrennen, Nagellackentferner, Olivenöl, Klebstoff oder andere unsinnige Mittel! Denn bei Stress erhöht sich der Speichelfluss der Zecke in die Haut, was die Infektionsgefahr unnötig erhöht. Keinesfalls darf die Zecke gequetscht werden, denn der Druck auf den Zeckenkörper, wie zum Beispiel durch Finger, Pinzetten oder Zeckenzangen, hat ein Entleeren des Darminhalts samt Krankheitserregern in die offene Wunde zur Folge. Richtig entfernt man Zecken, indem man mit einem geeigneten Hilfsmittel dicht über der Haut ansetzt und die Zecke vorsichtig herauszieht oder -hebelt. Gut geeignet zum Entfernen sind Zeckenkarten (Scheckkartenformat mit einer schlitzartigen Einkerbung) und sehr gut die Zeckenhaken. In einer Packung befinden sich ein großer und ein kleiner Haken, passend für jede Zeckengröße. Den (abgeflachten) Haken seitlich unter den Kopf der Zecke schieben, kurz drehen und die Zecke löst sich sehr schnell und einfach ab. Alle Infos zum Zeckenhaken unter <http://www.zeckenhaken.com>. Die Karten und Haken sind in Apotheken und Tierfachgeschäften erhältlich.

Unbedingt ratsam: Den Körper absuchen

Nach einem Aufenthalt in der freien Natur ist es wichtig, direkt anschließend den Körper nach Zecken abzusuchen, und dabei sollten auch schwer einsehbare Körperstellen nicht vergessen werden. Die Zecke sucht sich in einem Zeitraum von bis zu zwölf Stunden eine dünnhäutige, feuchte und gut durchblutete Stelle zum Blutsaugen: Die Schamregion, die Kniekehlen, unter den Armen, im Bauchnabel, hinter den Ohren, im Nacken und am Haaransatz. Aber natürlich kann sich eine Zecke auch an jeder anderen Körperstelle festbeißen. Haustiere, die sich im Freien bewegen, sollten ebenfalls regelmäßig nach Zecken abgesucht werden, denn auch sie können nach einem Zeckenstich erkranken.

Extra-Tipps im Web

Allgemeine Infos über Zecken:

<http://www.zecke.de>

<http://www.zeckeninfo.de>

<http://www.zeckenuntersuchung.de>

Mittel gegen Zecken von Stiftung Warentest:

<http://www.test.de/themen/haus-garten/test/-Mittel-gegen-Zecken/20182/20182/116884/>

