

# Verein Grünwerk – Mensch und Natur

## Zivildienst

### Merkblatt Zecken

---

#### Lebensräume

Die Lebensräume der Zecken liegen bevorzugt an Übergangszonen zwischen verschiedenen Vegetationsformen, wie z. B. an Waldrändern, Lichtungen und Bächen. Sie benötigen Wärme und hohe Luftfeuchtigkeit, daher bewegen sie sich am Boden, im hohen Gras oder in Gebüsch und im Unterholz (in der Regel nicht höher als 1m); besonders nach einem Regentag im Sommer sind die Zecken auf der Lauer. Die Hauptzeckenzeit in Mitteleuropa liegt im Mai/Juni und im September/Oktobre, jedoch beginnt ihre Aktivität schon bei steigender Bodentemperatur im März/April. Sie überwintern im Laubstreu; feuchte Sommer und milde Winter fördern ihre Vermehrung.

#### Fortbewegung und Verbreitung

Zecken sind keine Langstreckenläufer. Kurze Strecken können sie mit erstaunlicher Geschwindigkeit überwinden, ihre Energie reicht aber nur für wenige Meter. Trotzdem verbreiten sich Zecken über grosse Gebiete hinweg, da sie als Mitreisende auf ihren Wirten grosse Strecken zurücklegen.

#### Die Suche nach Opfern

Zecken sind Parasiten. Sie zehren vom Blut ihres Wirtes. Um ihre Blutopfer besser erreichen zu können, klettern Zecken auf Gräser und Büsche (Knie- und Hüfthöhe) lassen sich aber nicht, wie eine weit verbreitete Annahme besagt, von Bäumen auf ihre Opfer fallen. Einmal auf der Haut ihres Opfers, sucht sich die Zecke einen warmen, feuchten Ort um anzubeissen. Kniekehlen, Achselhöhlen, Nacken, Haaransatz und Genitalbereich sind die häufigsten Stellen für Zeckenstiche.

#### FSME und Borreliose

Zecken sind Überträger von Krankheiten. Die **Früh-Sommer-Meningo-Enzephalitis** ist eine Viruserkrankung des Zentralnervensystems, die Infektion erfolgt sofort mit dem Zeckenstich. Die Viren gelangen durch das Gewebe in die Blutbahn und von dort in die Zellen des Gehirns und des Rückenmarks. Sie können eine Hirnhautentzündung hervorrufen. Sechzig Prozent der **FSME**-Infektionen verlaufen stumm, d.h. keine Erkrankungszeichen treten auf. Dreissig Prozent der FSME- Infektionen verlaufen in Form einer grippeähnlichen Erkrankung, ev. Fieber, Kopfschmerzen, Übelkeit. Zehn Prozent der FSME- Infizierten erkranken mit den typischen Zeichen der FSME.

Nach einer beschwerdefreien Zeit von etwa 7-14 Tagen kommt es zur ersten Erkrankungsphase mit leichtem Fieber und grippeähnlichen Symptomen. Sie dauert 1-8 Tage und ist gekennzeichnet durch Müdigkeit, Fieber, Kopf-, Rücken-, und Gliederschmerzen, Katarrh, Magen- und Darmbeschwerden. Danach folgt ein fieber- und beschwerdefreies Intervall von 1-20 Tagen. Anschliessend kann es zu einer zweiten Erkrankungsphase kommen, die durch hohes Fieber, Erbrechen, Nackensteifigkeit und Lähmungen gekennzeichnet ist. Zwei Drittel der Erkrankten genesen nach der ersten Phase vollständig.

Das andere Drittel, das auch die zweite Phase durchläuft, hat unter Umständen Dauerschäden zurückbehalten. Von diesen 10% der FSME-Erkrankungen verlaufen 1-2 tödlich. Wurde ein Mensch mit dem Virus infiziert, so bildet er Antikörper und ist zeitlebens immun gegen eine erneute Infektion. Bis einschliesslich des 4. Tages nach einem Zeckenstich besteht die Möglichkeit, durch eine **Passiv-Impfung** die FSME zu verhindern. Langzeitschutz bietet die aktive Impfung. Sie erfolgt über 3 Impfungen innerhalb eines Jahres und wird alle 10 Jahre durch eine einmalige Impfung aufgefrischt. Neben den Meldungen über FSME-Infektionen sind jedoch auch Impfschäden mit verschiedenen Schweregraden bekannt.

Da FSME eine virale Erkrankung ist, gibt es dazu keine ursächliche Therapie, d.h. es können nur die Symptome mit Medikamenten therapiert werden, die Viruserkrankung selber nicht. Deshalb ist es wichtig Infektionen von vornherein zu verhindern.

Eine weitere von Zecken übertragene Krankheit ist die **Borreliose**. Die Übertragung der Krankheitserreger erfolgt in der Regel erst nach einigen Stunden (zwischen 12 und 48 Stunden). Eine frühzeitige Entfernung der Zecke kann somit eine Infektion meist verhindern. Beim Erreger der Borreliose handelt es sich um eine Bakterienart. Das Krankheitsbild verläuft nach bisherigen Erkenntnissen in drei Stadien:

1. 2-4 Wochen nach dem Zeckenstich kann neben grippeähnlichen Beschwerden eine flächenhaft grösser werdende Hautentzündung auftreten, die in der Mitte verblasst.
2. Die Krankheitszeichen des zweiten Stadiums äussern sich nach etwa 3-6 Monaten durch starke Kopf- und Nervenschmerzen, Sehstörungen und Lähmungen vorwiegend im Bereich der Gesichtsmuskulatur.
3. Das dritte Stadium setzt nach etwa 6-12 Monaten nach einem infektiösen Zeckenstich ein. Es führt zu Entzündungen, meist im Bereich der Knie- und Fussgelenke, unter Umständen kommt es auch zu einer chronischen Hauterkrankung.

Die Borreliose kann, rechtzeitig erkannt, mit antibiotischen Mitteln vollständig ausgeheilt werden. Folgeschäden einer nicht rechtzeitig diagnostizierten Erkrankung sind Lähmungen im Bereich der Gelenke und irreversible Hautschäden. Gegen diese Bakterien existiert keine Impfung.

FSME und Borreliose sind in Europa die häufigsten durch Zecken übertragenen Erkrankungen. Zecken können allerdings auch viele weitere Krankheitserreger beherbergen, hierbei ist jedoch die Zahl der Infektionen in Europa deutlich geringer.

### **Schutzmassnahmen**

- Bedeckende Kleidung beim Aufenthalt im Wald und Feuchtgebieten (lange Hosen und Ärmel) und möglichst geschlossen.
- Tägliches Absuchen des Körpers nach Zecken, insbesondere an von Zecken bevorzugten Stellen
- Unverzögliches Entfernen, am besten mit einer Pinzette. Nicht quetschen, nicht drehen, nicht mit Öl, Klebstoff usw. behandeln.
- Anschliessend die Stichstelle desinfizieren, markieren und Zeitpunkt in der Agenda vermerken.
- Anwenden von Zeckenschutzmittel
- Schutzimpfung gegen FSME

### **Prophylaktische Schutzimpfung vor Zivildiensteeinsatz**

Es ist jeder Zivildienstleistenden Personen freigestellt, sich vor dem Einsatz gegen FSME impfen zu lassen. Die Kosten für eine entsprechende Schutzimpfung übernimmt die Militärversicherung. Durch welchen Arzt die Impfung vorgenommen wird ist dabei unwichtig, die Rechnung muss jedoch unbedingt mit dem Vermerk „Prävention; Zivildienstleistende“ versehen sein.