



## ... und wieder beginnt die „Zecken-Zeit“!



Viele Zeckenarten übertragen Viren und Bakterien, die beim Menschen zu schwerwiegenden Erkrankungen führen können.

Zecken lauern vorwiegend im lichten Wald mit ausgeprägtem Unterholz oder auch im Gras, Farn, in Sträuchern und Büschen (meist an den Blattunterseiten) und ernähren sich von Tier- und Menschenblut. Durch Erschütterungen, Temperaturunterschiede oder Gerüche angelockt, lassen sich Zecken dann auf das Opfer fallen graben sich vor allem an feuchtwarmen Hautstellen ihren Rüssel ein bleibt haften und saugt Blut. Dabei können Viren oder Bakterien auf den Menschen übertragen werden, die eine Hirnhautentzündung (auch **FSME**= Frühsommer-Meningoenzephalitis genannt) hervorrufen können – oder die noch bedrohlichere **Wanderröte**, genannt Lyme-Borreliose.

**Dies sind die wichtigsten Vorsichtsmaßnahmen, die man von März bis November unbedingt im Wald beachten sollte:**

- Waldwege nicht verlassen, Unterholz, Gebüsch, hohes Gras vermeiden
- Helle Kleidung tragen, auf der die schwarzbraunen Zecken sofort sichtbar sind
- So viel Haut wie möglich bedecken, dicke Schuhe und Kopfbedeckung tragen
- Unbedeckte Hautstellen mit einem Mückenschutzmittel einreiben
- Nach Aufenthalt im Wald den Körper nach Zecken absuchen
- In Gebieten, in denen Zecken die gefährlichen Viren übertragen, sollten sich Personen, die sich häufig im Wald aufhalten, unbedingt einer FSME-Schutzimpfung unterziehen
- Angesogene Zecken sofort entfernen: vorsichtig direkt nach oben herausziehen, nicht ersticken, nicht herausdrehen, nicht ruckartig herausdrehen, nicht zerquetschen.  
**KEINEN KLEBSTOFF oder ÖL als Hilfsmittel verwenden.**
- Nach einem Zeckenstich den Körper auf ungewöhnliche Anzeichen hin beobachten. Falls solche auftreten, sofort zum Arzt!

**Achtung: Auch, wer gegen FSME geimpft ist, darf sich dennoch nicht in Sicherheit wiegen. Diese Impfung bietet KEINEN Schutz gegen die gefährliche WANDERRÖTE!**

Auch noch wichtig:

Eine ringförmige Rötung um die Einstichstelle, Unwohlsein, Muskel- und Gelenkschmerzen oder Fieber nach einem Zeckenstich können auf die Lyme-Borreliose (Wanderröte) hinweisen und machen einen Arztbesuch unbedingt erforderlich!