

Bei Bewegung im Freien: Auf Zeckenschutz achten

Düsseldorf, April 2020 – Individueller Sport und Bewegung an der frischen Luft, gemeinsam mit der Familie oder zu zweit, sind während des bundesweiten Kontaktverbotes aufgrund des aktuellen Ausbruchs von COVID-19 weiterhin erlaubt. Bei frühlingshaften Temperaturen zieht es die Menschen verstärkt ins Freie. Das CRM Centrum für Reisemedizin weist darauf hin, dass mit ansteigenden Temperaturen auch die Gefahr für Zeckenstiche steigt, die Borreliose oder FSME übertragen können. Menschen, die sich im Freien bewegen, sollten daher für ausreichend Schutz sorgen.

Zecken sind ab einer Temperatur von circa 8 Grad aktiv. Man findet sie überall dort, wo es im Freien Pflanzen gibt. In 10 bis 50 Zentimetern über dem Boden warten sie auf Grashalmen, im Gebüsch oder auf Totholz. Bei Kontakt mit einem Menschen oder Tier werden sie dann abgestreift und beißen sich fest. Dabei übertragen sie Krankheiten wie die Lyme-Borreliose oder Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME). „In Deutschland sind nach Angaben des Robert Koch Instituts im vergangenen Jahr 444 Menschen an FSME erkrankt“, erklärt Professor Dr. med. Tomas Jelinek, wissenschaftlicher Leiter des CRM Centrum für Reisemedizin. Das seien zwar 24 Prozent weniger als im Vorjahr, die Zahl der Erkrankten schwanke jährlich aber stark. „Zudem könnte die niedrigere Infektionsrate auch auf eine bessere Impfquote zurückzuführen sein. Von den im Jahr 2019 gemeldeten FSME-Erkrankten waren 98 Prozent laut der Meldedaten gar nicht oder unzureichend geimpft.“

Die ersten Anzeichen der Frühsommer-Meningoenzephalitis zeigen sich zwei bis drei Wochen nach einer Übertragung des FSME-Virus durch eine Zecke in Form grippeähnlicher Symptome. In schweren Fällen greift das Virus Gehirn, Hirnhäute und Rückenmark an, es kann zu Lähmungen, Krampfanfällen und Bewusstseinsstörungen kommen. Gegen FSME kann man sich zuverlässig durch eine Impfung schützen. Diese wird von der Ständigen Impfkommission (STIKO) für alle Menschen mit Zeckenexposition in den FSME-Risikogebieten in Deutschland empfohlen. Zu den Bundesländern mit dem höchsten FSME-Übertragungsrisiko zählen Bayern und Baden-Württemberg. Aber auch Südhessen, das südöstliche Thüringen und Sachsen sind betroffen, ebenso weitere Landkreise – insgesamt 164 bundesweit.

Für einen verlässlichen und langdauernden FSME-Schutz sind drei Impfstoffdosen notwendig, die im Abstand von mindestens 14 Tagen (erste und zweite Dosis) und dann nach fünf bis zwölf Monaten (zweite und dritte Dosis) verabreicht werden. Man kann auch auf einen Schnellschutz zurückgreifen: Dann werden zwei Dosen im Abstand von 14 Tagen verabreicht. Die Impfung sollte, je nach Lebensalter, alle drei bis fünf Jahre aufgefrischt werden.

Für die ebenfalls durch Zecken übertragene Lyme-Borreliose liegen nur Schätzungen der Fallzahlen vor, da es keine einheitliche Meldepflicht gibt. In Bayern ist die Lyme-Borreliose seit 2013 meldepflichtig: Das Nationale Referenzzentrum für Borrelien in Bayern schätzt, dass in Deutschland jedes Jahr zwischen 60 000 und 100 000 Menschen neu daran erkranken. Zudem ist die Lyme-Borreliose nicht einfach zu diagnostizieren, da sie sehr unterschiedliche Symptome verursachen kann. In sehr seltenen Fällen entwickelt sie sich zu einem chronischen Leiden, welches das Nervensystem, die Gelenke und das Herz schädigt. Grundsätzlich muss jedes Symptom der Lyme-Borreliose antibiotisch therapiert werden. Der Erfolg der Antibiotika-Therapie ist in frühen Infektionsstadien am besten.

Eine wirksame Impfung gegen Borreliose gibt es bisher nicht. Daher sind allgemeine Schutzmaßnahmen gegen Zeckenstiche ratsam: Bei Aufenthalten im Grünen sollten lange Hosen und geschlossene Schuhe getragen werden. Auch Repellents zum Einreiben und Aufsprühen auf die Haut sind sinnvoll. Am wichtigsten ist aber die Kontrolle nach dem Ausflug. „Dabei sollten vor allem die von Zecken bevorzugten Körperregionen wie Kniekehlen, Achseln, Schambereich, Bauchnabel, Bauchfalten und der Bereich hinter den Ohren gründlich abgesucht werden“, so Jelinek. Denn je schneller die Zecke entdeckt und entfernt werden kann, desto geringer ist die Wahrscheinlichkeit einer Infektion mit Borreliose. Die beste Methode: Eine feine Pinzette so dicht wie möglich über der Haut ansetzen und die Zecke am Kopf herausziehen. Der Körper des Tieres sollte nicht gequetscht werden, sonst besteht die Gefahr, dass erregershaltiges Sekret aus dem Zeckenleib in die Stichstelle gedrückt wird. Nach dem Entfernen sollte die Einstichstelle desinfiziert werden. Danach gilt es die Einstichstelle gut zu beobachten: Bildet sich dort eine kreisförmige Rötung, oder treten grippeartige Symptome auf, ist ein Arztbesuch unbedingt erforderlich.

Bei Abdruck Beleg erbeten.

Quellen:

Robert Koch Institut, Epidemiologisches Bulletin Nr.8 (20. Februar 2020), FSME: Risiko-gebiete in Deutschland

https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/EpidBull/Archiv/2020/Ausgaben/08_20.pdf?blob=publicationFile

Nationales Referenzzentrum für Borrelien, Bayerisches Landesamt für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit

https://www.lgl.bayern.de/gesundheit/infektionsschutz/infektionskrankheiten_a_z/borreliose/lyme.htm (Abruf 03.04.2020)

Pressekontakt:

Stephanie Priester

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

CRM Centrum für Reisemedizin

ein Unternehmen der Thieme Gruppe

Rüdigerstraße 14 | 70469 Stuttgart

Fon +49[0]711/8931-605

Fax +49[0]711/8931-167

stephanie.priester@thieme.de

www.crm.de, www.thieme.de