



Dr. med. Felix Ineichen
Abteilung Arbeitsmedizin,
Suva, Winterthur

■ Schutz vor Zecken- krankheiten aktueller denn je.

Frühsommer – die Zeit der warmen, nicht zu heissen Tage ist gekommen. Und mit ihnen sind die Zecken da. Ob mit diesen auch Krankheiten kommen, können wir selber beeinflussen. Dazu ist es hilfreich, über Zecken und die übertragenen Krankheiten Bescheid zu wissen.

In den Medien war letztes Jahr viel zu lesen über Zecken und Krankheiten, die sie übertragen. Dies war vor allem auf eine Zunahme von Fällen der sogenannten FSME (Zecken-Hirnhautentzündung) zurückzuführen, einer Krankheit mit manchmal fatalen Folgen.

Die Zecke als Krankheitsüberträger

Ohne Zeckenstich keine zeckenübertragenen Krankheiten. So einfach das gesagt ist, so schwierig ist es, Zeckenstiche sicher zu vermeiden. Wo uns Zecken in erster Linie befallen, ist bekannt. Sie warten mit Vorliebe an Wald- und Wegrändern, auf Pflanzen bis etwa 1,5 m Höhe über Boden. Meist sind es Vögel und Säugetiere wie beispielsweise Mäuse, von denen sich die Zecken abstreifen lassen. Menschen gehören aber ebenfalls zu den Opfern. Auch sie liefern, was die Zecke braucht: Blut, mit dem sie sich nach dem Stechen vollsaugen (Abb. 1). Es wird von ihnen benötigt, um sich von der Nymphe über das Larvenstadium zur erwachsenen Zecke zu entwickeln.

Zu Situationen mit relevantem Risiko für Zeckenstiche führt der Aufenthalt in der Natur, mit Kontakt zu Pflanzen. Manchmal taucht die Frage auf, wie es denn mit Zeckengefahr durch Haustiere steht. Wenn Hunde und Katzen solche Parasiten aufnehmen, so ist zwar nicht ausgeschlossen, dass Zecken auf Menschen übergehen; diese Gefahr ist aber gering. Einerseits sind Zecken schon häufig auf Hund oder Katze fixiert und





Abb. 1: vollgesogene, erwachsene Zecke.



Abb. 2: Wanderröte oder Erythema migrans, ein mögliches, frühes Zeichen einer Borreliose.

bedienen sich demzufolge dort, ohne sich gleich nachher ein neues Opfer zu suchen, andererseits vertrocknen abgefallene Zecken in Wohnräumen schnell. Trockenheit ist nämlich der grösste Feind der Zecken.

Borreliose, die häufigste Zeckenkrankheit

Sie wird durch Bakterien verursacht, den sogenannten Borrelien, die von der Zecke beim Blutsaugen übertragen werden. Längst nicht jeder Zeckenstich führt zu einer Infektion, auch weil längst nicht alle Zecken überhaupt Träger von Borrelien sind. Es gibt aber in der Schweiz Gegenden, wo mehr als die Hälfte der Zecken den Krankheitserreger in sich tragen. Sticht eine solche befallene Zecke, so werden Borrelien nicht sofort übertragen. Deshalb gilt: Je schneller die Zecke entfernt wird, desto kleiner ist die Ansteckungsgefahr. Wenn das Saugen nicht mehr als ein paar Stunden dauert, ist die Gefahr gering. Sind dann die Bakterien doch einmal ins Blut des Menschen gelangt, bedeutet dies noch lange nicht, dass es zu einer Krankheit kommen muss.

Wie mit Blutuntersuchungen festzustellen ist, hat in der Schweiz etwa jeder Zehnte einmal Kontakt zu Borrelien gehabt. Von diesen 10% der Bevölkerung hat aber nur ein kleiner Teil Krankheitszeichen gezeigt. Sehr häufig verläuft also eine Infektion unbemerkt.

Manchmal kann Tage bis Wochen nach einer Infektion am Ort des Zeckenstiches eine relativ typische Hautveränderung beobachtet werden, die Wander-

röte oder Erythema migrans genannt wird (Abb. 2). Andere, später auftretenden Symptome (Abb. 3) lassen nicht immer ohne weiteres an eine Borreliose denken. Manchmal sind umfangreiche Abklärungen nötig, um die Diagnose zu stellen. Zur Therapie stehen Antibiotika zur Verfügung, die in den allermeisten Fällen die Krankheit folgenlos heilen.

Stadien und Beschwerden der Boreliose

Stadium 1

(3 bis 32 Tage nach dem Stich)

Um die Einstichstelle herum entwickelt sich eine Hautrötung, typischerweise mit Abblässung im Zentrum (Wanderröte oder Erythema chronicum migrans genannt, Abb. 2). Grippeähnliche Symptome können ebenfalls vorkommen. Die grippeartigen Beschwerden verschwinden innerhalb eines Monats, der Hautausschlag spätestens nach einigen Monaten.

Stadium 2

(Wochen bis Monate nach dem Stich)

Es kommt zu Beschwerden des Nervensystems (Gefühlsstörungen, vor allem im Kopfbereich, manchmal auch an den Armen und Beinen) sowie zu Gelenk- und Sehnenbeschwerden (vor allem Gelenkentzündungen). Seltener sind Haut-, Herz- und Augenprobleme.

Stadium 3

(Jahre nach dem Stich)

Die Haut zeigt grossflächige Veränderungen (Verdünnung und rot-violette Verfärbung), selten ist auch das Nervensystem von chronischen Veränderungen betroffen.

Abb. 3: Borreliose: mögliche Krankheitsstadien und Symptome.

Die FSME kann fatale Folgen haben

Die Abkürzung FSME steht für Frühsommermeningoenzephalitis, eine Krankheit, die zwar deutlich seltener auftritt als die Borreliose, aber häufiger schwer verläuft. Es kann unter anderem zu Entzündungen von Nerven und von Hirnhäuten kommen, manchmal mit Langzeitfolgen und selten mit Todesfällen (Abb. 4).

Anders als bei der Borreliose handelt es sich beim Erreger der FSME um ein Virus. Befallen sind Zecken nur in begrenzten Gebieten der Schweiz (Abb. 5). In letzter Zeit ist es zu einer Ausdehnung des Verbreitungsgebietes gekommen, eine Ansteckung ist durchaus auch ausserhalb des erfassten Verbreitungsgebietes möglich. Wie bei der Borreliose ist es so, dass längst nicht jede Erregerübertragung zu einer Erkrankung führt. Bei Kindern sind gravierende Folgen seltener als bei Erwachsenen. Im Gegensatz zur Borreliose kann eine FSME nicht mit Antibiotika behandelt werden. Umso wichtiger ist die Vorbeugung.

Bescheid wissen hilft vorbeugen

Weiss man um die Fakten zu Zecken, Borreliose und FSME, so liegen die Massnahmen zum Schutz vor der Krankheit

Phasen und Beschwerden der FSME

Phase 1

(1 bis 2 Wochen nach dem Stich)

Grippeartige Beschwerden mit Fieber und Kopfschmerzen. Diese Phase dauert nur wenige Tage.

Phase 2

(mehrere Wochen nach dem Stich)

Bei 5 bis 15% der Erkrankten kommt es nach einigen weiteren, häufig beschwerdefreien Tagen zu Entzündungen des Nervensystems mit starken Kopfschmerzen, manchmal Lähmungen und Bewusstseinsstörungen. Bleibende Schäden sind möglich.

Abb. 4: Phasen und Beschwerden der FSME.

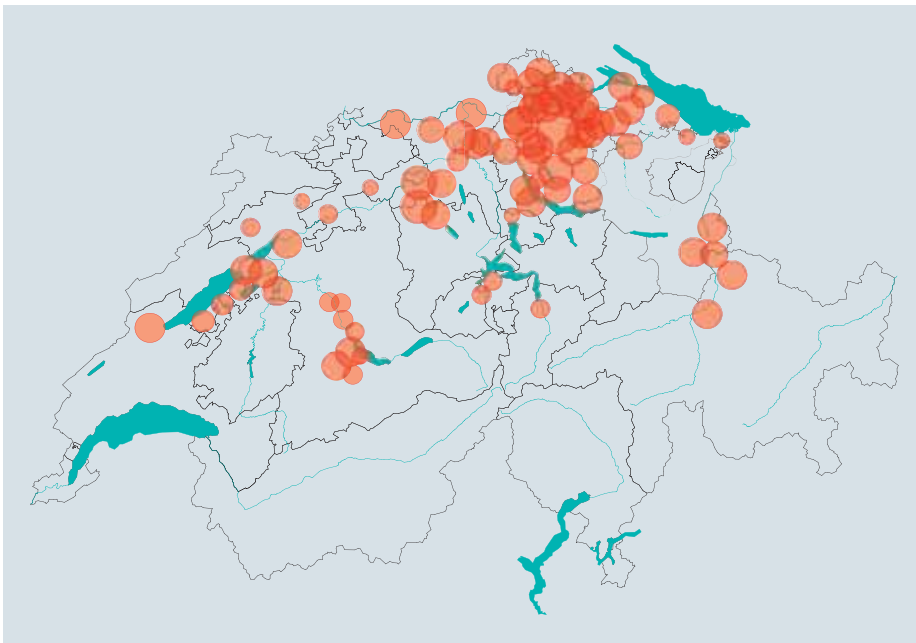


Abb. 5: Gebiete, wo Fälle von FSME erfasst wurden (Stand Januar 08, Quelle: Bundesamt für Gesundheit).

auf der Hand. Zuerst einmal gilt es, sich möglichst nicht von Zecken stechen zu lassen. Ist man also in einem Zeckengebiet und verhält sich dort wie ein mögliches Zeckenopfer – was insbesondere heisst: streift man durch Büsche und Unterholz, so gilt es, der Zecke den Zugang auf die Haut zu verunmöglichen oder mindestens zu erschweren. Dies ist mit geeigneter Kleidung möglich. Sie soll den ganzen Körper bedecken, also keine kurzen Hosen und keine Eintrittspforten freilassen, also Hosenstösse in die Socken! Ersparen kann man sich diese Massnahmen in Lagen über 1500 m. ü. M., weil dort keine Zecken vorkommen.

Hat eine Zecke doch gestochen, kann man das Erkrankungsrisiko verkleinern,

wenn man sie rasch, innert Stunden, entfernt (Abb. 6). Dies trifft zumindest für die Borreliose zu.

Eine besondere Schutzmöglichkeit, die man gerade wegen der möglichen fatalen Folgen der Krankheit nicht ungenutzt lassen sollte, stellt die FSME-Impfung dar. Vom Bundesamt für Gesundheit wird eine breite Anwendung der Impfung empfohlen für alle über 6-Jährigen, die sich in Gebieten aufhalten, wo bekanntermassen Virus übertragende Zecken vorkommen. Der genaue Wortlaut der Impfempfehlung ist in einem Factsheet der Eidgenössischen Kommission für Impffragen nachzulesen: www.infovac.ch. Dass konsequentes Impfen etwas bringt, zeigen die Erfahrungen aus Österreich, wo seit Jahren



Abb. 6: Beispiel für Zeckentfernung.

ein grosser Teil der Bevölkerung mit Erfolg geimpft wird. Die gemeldeten FSME-Fälle gingen dort zwischen 1980 und 2000 von jährlich über 600 auf weniger als 100 zurück.

Impfung empfohlen!

In der Schweiz hat insbesondere die deutliche Zunahme der Erkrankungen 2005 und nochmals 2006 zur verstärkten Beachtung des Themas geführt und auch zu vermehrten Impfungen. Die Empfehlung des Bundesamts für Gesundheit zur Impfung ist aber noch längst nicht umgesetzt. Für noch nicht Geimpfte ist auch jetzt, nach Beginn der Zeckensaison, der Gang zum Arzt angezeigt.

Nachstehend sind die wichtigsten Schutzmassnahmen kurz zusammengefasst (Abb. 7). Weitere Informationen in konzentrierter Form finden Sie unter anderem in der Suva-Broschüre «Vorsicht, Zecken!». Sie kann bestellt oder direkt heruntergeladen werden unter www.suva.ch/waswo, Bestellnummer 44051.

So können Sie sich schützen.

| | | | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | |
| Zeckenstich vermeiden. | Erregerübertragung verhindern. | Impfen lassen. | | Bei Krankheitsanzeichen Arzt aufsuchen. | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> ■ Orte mit Zecken (Waldränder, Hecken usw.) meiden. ■ Körperbedeckende Kleidung tragen. ■ Zeckenschutzmittel verwenden. | <ul style="list-style-type: none"> ■ Körper und Kleider nach Zecken absuchen. ■ Nach Zeckenstich: Zecke rasch entfernen. | <ul style="list-style-type: none"> ■ Die FSME-Impfung gegen Hirnhautentzündung bietet sehr guten Schutz. ■ Empfohlen für Personen in betroffenen Gebieten. ■ Gegen die Lyme-Borreliose gibt es keine Impfung. | | | <ul style="list-style-type: none"> ■ Hautrötung um die Einstichstelle deutet auf eine Borreliose hin. | | |

Abb. 7: Schutzmassnahmen.