



# Die Gesundheitsseite

## Zecken



**Zecken sind in der Schweiz überall verbreitet, und der Biss dieser Milbenart kann schwere Krankheiten hervorrufen: die Borreliose und die Zeckenzephalitis. Besonders hoch ist das Risiko von März bis Ende Oktober in Höhen bis 1500 m.**

### Wie der Körper reagiert

Jährlich erkranken inzwischen schätzungsweise 10'000 Personen an der Lyme-Borreliose. Die ersten Anzeichen dieser Infektion sind: eine Rötung, die sich einige Tage oder Wochen nach dem Biss ausbreitet, manchmal Fieber sowie grippeartige Beschwerden. Es muss unverzüglich der Arzt aufgesucht werden; dieser entscheidet, ob eine Antibiotikatherapie erforderlich ist. Vorsicht: ohne Behandlung kann es zu Spätschäden an Haut, Nervensystem, Bewegungsapparat und Herz sowie zu Persönlichkeitsveränderungen kommen. Rund 1% der Zecken sind Träger des Zeckenzephalitisvirus (FSME)! Ab 6 Jahren kann man sich durch eine Impfung effizient vor diesem Virus schützen, das in manchen Fällen lebensgefährlich sein kann. Die Erstsymptome (Kopfschmerzen, Müdigkeit, Gelenkschmerzen) verschwinden oft spontan ohne Folgen. Bei 5-15% der in Europa lebenden Menschen – ihre Zahl steigt seit 5 Jahren kontinuierlich – kann jedoch eine Enzephalitis ausbrechen.

### Was Sie tun können

- Im Wald, an Waldrändern, in der Nähe von üppigem Unterholz und hohem Gras den markierten Wegen folgen und gut abschliessende Kleider tragen (Socken über die Hosenenden stülpen).
- Kleider und exponierte Körperstellen mit Anti-Zecken-Spray besprühen.
- Nach dem Aufenthalt im Freien eine Dusche nehmen und den Körper nach Zecken absuchen (auch Schamgegend, Bauchnabel, Nacken, Haaransatz, hinter den Ohren ...)
- Zum Schutz von Hunden und Katzen gibt es verschiedene effiziente Zeckenschutzmittel als Halsband, Spray, Pulver usw. Lassen Sie sich von Ihrem Veterinär oder Apotheker beraten.

### Plus Tipp

Hat sich eine Zecke in Ihrer Haut festgebohrt? Da gibt es nur eins: Zecke möglichst rasch mit einer feinen Spezialpinzette (in der Apotheke erhältlich) entfernen: Den Parasiten direkt über der Haut fassen und vorsichtig herausziehen oder den Apotheker bitten, sie zu entfernen. Einige Wochen die Bissstelle beobachten ...

### Weitere Infos auf Internet:

Liga für Zeckenranke Schweiz, [www.zeckenliga.ch](http://www.zeckenliga.ch)  
[www.bag.admin.ch/themen/medizin](http://www.bag.admin.ch/themen/medizin)  
 Impfempfehlungen Ausland: [www.infovac.ch](http://www.infovac.ch).

Auf [www.pharmacieplus.ch](http://www.pharmacieplus.ch) finden Sie alle Spezialitäten der pharmacieplus-Apotheken.

