



Een teken van gevaar

Hoewel teken dikwijls onschuldig zijn, raken er steeds meer besmet met de Borrelia-bacterie en ze kunnen dus de ziekte van Lyme overdragen. Deze infectieziekte wordt jaarlijks gemiddeld vastgesteld bij 25.000 mensen en kan leiden tot ernstige neurologische aandoeningen.

Een teek is een klein bruin/zwart spinachtig insect dat zich ontwikkelt van larve (6 poten en ½ mm groot) naar nimf (8 poten en 1 mm groot) tot teek (8 poten en 3-4 mm groot). Het merendeel (70%) van de gevallen van de Ziekte van Lyme wordt veroorzaakt door de beet van een Nimf en die zijn kleiner dan een lucifer-

kopje. Ze leven in struiken, hoog gras, bossen, duinen, heide, parken en tuinen. Ze houden van een vochtige omgeving en zijn vooral actief in de maanden maart tot en met september. Een teek kan niet springen of vliegen, ze kruipen en klimmen op mensen en dieren en bijten zich vast in de huid. Ze zuigen zich vol met

bloed en worden daardoor groter, tot wel 1 centimeter.

Kinderen

Een teek kan zich overal op het lichaam vastbijten, maar ze hebben een voorkeur voor warme vochtige plaatsen zoals liezen, knieholtes, oksels en de bilspleet.

Els Duba-Hoogland is voorlichter bij de Stichting Tekenbeetziekten en vertelt over speciale risico's: "Bij kinderen zitten ze ook vaak op het hoofd, achter de haar-grens en achter de oren."

"Tekenen vallen niet uit bomen"

Dit komt omdat kinderen zich lager bij de grond bewegen en vaak door hun spee-gedrag in het gras of in struiken zitten. Wanneer de teek zich heeft volgezogen met het bloed, laat het de huid weer los." Er zijn bepaalde regio's in Nederland waar heel veel teken voorkomen zoals onder andere op de Veluwe en in Zeeland.

Symptomen

Een tekenbeet is pijnloos en wordt dus meestal niet opgemerkt. Op de plaats van de tekenbeet kan een rood plekje ontstaan, het vlekje wordt meestal niet groter dan 1 à 2 centimeter. Dit is een reactie op de beet en geen symptoom van de ziekte van Lyme. Sommige teken zijn besmet met de Borrelia-bacterie en kunnen de ziekte van Lyme overdragen. In Nederland wordt het aantal besmette teken geschat op 20%, de spreiding hiervan is groot. Dat betekent dat op sommige plaatsen in Nederland heel veel besmette teken voorkomen en op andere plaatsen nauwelijks. Er is niet te zien welke teken wel en welke niet zijn besmet met deze bacterie. Als de teek binnen 24 uur verwijderd wordt, is de kans op besmetting erg klein. Het meest voorkomende symptoom is Erythema Migrans (EM) een rode of blauwachtige vlek of kring die langzaam groter wordt en bijna altijd groter wordt dan 5 cm. Bij gekleurde mensen is die vlek of kring gelig of blauwachtig. Andere vroege symptomen

zijn de griepachtige klachten, zoals koorts, rillingen, vermoeidheid, keelpijn, spierpijn, stijve nek, gewrichtspijnen en hoofdpijn.

Gebeten en dan?

Voorkomen van een tekenbeet is mogelijk door hoog gras te vermijden en op de wandelpaden te blijven. Het dragen van sluiten-de kleding, lange mouwen en broekspijpen en de broek in de sokken te stoppen. Els Duba voegt daar nog aan toe: "Kleine kinderen een pet opzetten, omdat teken een voorkeur hebben voor kinderhoofdjes."

- Verwijder de teek – met een fijne pincet of tekenverwijderkaart – als u deze vindt op de huid. Hoe eerder de teek wordt verwijderd, hoe kleiner de kans op besmetting. Let op; de grove tekening die veel mensen in hun bezit hebben, is niet geschikt om veilig een nimf te verwijderen!
- Irriteer de teek niet met zeep, alcohol of vuur en dergelijke; dit verhoogt de kans op besmetting doordat de teek zijn maaginhoud in de bloedbaan uitspuugt.
- Ontsmet daarna het wondje.
- Adviseer het slachtoffer/familie de datum van de beet te noteren en een foto van de beetplek te nemen. Een rode vlek of kring uit zich na enkele dagen tot drie maanden na de tekenbeet daarom is het belangrijk de datum te noteren.

Consulteer de huisarts wanneer het niet lukt om de teek te verwijderen, of als er symptomen optreden zoals de rode vlek of kring of griepachtige symptomen. Deze kunnen tot drie maanden na een tekenbeet optreden.

Soms kunnen gewrichts-, huid-, zenuw- of hartklachten ontstaan. Dat kan gebeuren als de vroege klachten van de ziekte van Lyme niet behandeld zijn met antibiotica. Maar deze klachten zijn soms ook een eerste uiting van de ziekte.

Tekenradar

Op de website tekenradar staat naast informatie over teken en de ziekte van Lyme, ook een actuele tekenverwachting. Een belangrijk doel van de tekenverwachting is mensen bewuster maken van de aanwezigheid van actieve teken zodat ze zichzelf na een bezoek aan natuur, park of tuin controleren op een tekenbeet en zich beter beschermen tegen een tekenbeet.

Meer informatie:
www.tekenradar.nl

TEKST: DIANA KERVEL
FOTO: RIVM
FLYER TEKENCHECK: TEKENBETENZIEKTEN.NL



NA BEZOEK AAN GROEN, EEN TEKENCHECK DOEN!
WWW.TEKENBEEZIEKTEN.NL

TUSSEN DE TENEN • KNIEHOLTES EN LIEZEN • BILSPLEET OKSELS • NEK EN HAARLIJN • ACHTER DE OREN

PREVENTIEVE MAATREGELEN VOORKOMEN TEKENBEET

- + VERMIJD HET LANGE GRAS EN STRUIKGEWAS
- + Blijf op de wandelpaden
- + BESCHERMENDE LICHT GEKLEURDE KLEDING
 - Glanzende schoenen
 - Broekspijpen in de sokken
 - Shirt met lange mouwen
 - Kleine trossen aan petje
 - Speciale gelempregende kleding
- + NA ACTIVITEIT IN HET GROEN KLEDING CONTROLEREN
- + NA BEZOEK AAN GROEN, EEN TEKENCHECK DOEN!

In Nederland bestaat de Stichting Tekenbeetziekten. Deze stichting wil bekendheid, voldoende aandacht en zo volledig mogelijke kennis van tekenbeetziekten stimuleren en de gevolgen die deze ziekten kunnen hebben zoveel mogelijk beperken.

Meer informatie:
www.tekenbeetziekten.nl