

Stichting Tekenbeetziekten is aanwezig op de Jacht & Buitenlevenbeurs in Rosmalen en maakt daar graag kennis met u. In dit artikel leest u wat de Stichting allemaal doet.



MET ENERGIE EN ENTHOUSIASME TEKEN TE LIJF

Tekst: Els Duba en Diana Uitdenbogerd,
Bestuursleden Stichting Tekenbeetziekten

Voor jagers en liefhebbers van het buitenleven zijn teken een terugkerend risico. Voor Stichting Tekenbeetziekten is de beurs een mooie gelegenheid om voorlichting te geven. Er zijn verschillende teams van vrijwilligers aan het werk op de beurs. Dit omdat de meesten langdurig klachten hebben van een tekenziekte zoals de ziekte van Lyme, zij kunnen vaak maar een dagdeel actief zijn. Het enthousiasme is desondanks groot – zij weten als geen ander hoe belangrijk voorlichting over tekenziekten is.

De medewerkers geven voorlichting over waar teken vóórkomen, wat te doen om tekenbeten te voorkómen en wat te doen bij een tekenbeet. Ook voor degenen die al besmet zijn met het Lyme virus is er de nodige informatie in huis.

Wat is een teek?

Een teek is een bruin-zwart spinnetje (eigenlijk een geleedpotige parasiet). Omdat ze verschillende levensstadia hebben, zijn er verschillende groottes te onderscheiden. In Nederland vinden we harde en zachte teken. De harde teken hebben een hard schildje op hun rug. De teek *Ixodes ricinus* komt het meest voor in Nederland en wordt ook wel gewone teek, hout-, schapen- of hondenteek genoemd. Deze teek kan een ziekteverwekker bevatten, die de ziekte van Lyme kan veroorzaken.

Zachte teken hebben geen rugschild en ze leven meestal in een nest of een hol van een vogel of ander dier. Ze zuigen het meeste bloed van vogels en vlee-

muizen, maar lusten ook graag een slokje van andere dieren of mensen. Deze soort wordt ook wel de duiven- of kip-penteek genoemd.

Een nieuwe soort in Nederland is de Dermacentortek. Sinds een aantal jaren komt deze niet uitsluitend meer in Zuid- en Midden Europa voor maar ook in Nederland. Deze teek heeft als bijnaam “hondenkillerteek” omdat het de voor honden dodelijke ziekte Babesiose kan overbrengen. Ook kan de Dermacentor teek voor de mens gevaarlijke ziekteverwekkers bij zich dragen (*Rickettsia*).

Ontwikkelingsstadia van teken

Teken zijn een zogenaamde “drie gast-



Foto: RIVM

heren parasiet". Dat wil zeggen dat een teek in elk van zijn drie ontwikkelingsstadia een nieuwe gastheer zoekt. Als een teek net uit het eitje gekomen is, dan spreken we over een larve. De larve is net een halve millimeter groot en daardoor slecht te zien. Een larve heeft 6 pootjes. De larven kruipen nadat ze uit het ei zijn gekomen op een grasspriet of plant op enige hoogte boven de grond. Als een mogelijke gastheer langskomt, klampen ze zich vast en zuigen zich vol waarna ze zich weer laten vallen op de grond en vervellen. Een teek in het larvestadium kan nog geen ziektes overbrengen, in tegenstelling tot de andere stadia. De meeste larven van soorten die meerdere gastheren nodig hebben, verhongeren voordat ze een gastheer tegenkomen. Dat is de reden dat een vrouwtjes-teek zeer veel eitjes produceert, tot enkele duizenden. Hierdoor is de kans groter dat een aantal van de larven zich kan ontwikkelen tot een volwassen teek.

Na de vervelling van de larve zoekt de nimf (1 millimeter groot met inmiddels 8 pootjes) naar een nieuwe gastheer, waarna het hele proces zich herhaalt: de teek klampt zich vast, zuigt bloed, laat zich op de bodem vallen en vervelt.

Nu is de teek volwassen en wordt voor de derde maal een gastheer opgezocht. De teek is inmiddels gegroeid naar 3 tot 5 millimeter. Ditmaal wordt niet alleen bloed opgezogen maar ook naar een partner gezocht waarna de paring plaatsvindt.

Het vrouwtje zet na haar laatste bloedmaaltijd een aanzienlijk percentage van haar lichaamsgewicht (50% of meer) in eieren om voordat zij sterft en produceert dan honderden tot enige duizenden eieren. Er is een waarneming bekend van een vrouwtje dat meer dan 23.000 eitjes afzette in een enkel legsel!

Waar zitten teken?

Teken zitten te wachten tot een gastheer langskomt in struikgewas, bomen en op grassprietten. Teken gaan extreem zuinig met hun energie om en kunnen meer dan een jaar zonder voedsel, sommige soorten wel 5 jaar! De ontwikkelingscyclus van *Ixodes ricinus* kan, afhankelijk van de omstandigheden, tussen 1,5 en 7 jaar duren. Teken detecteren hun potentiële gastheer door de uitgestraalde lichaamswarmte, kooldioxide en wellicht ook door geurdetectie. De larven en nimfen leven op kleine zoogdieren, zoals muizen. De volwassen vrouwtjes hebben echter grotere gastheren nodig voor de productie van de eitjes, zoals herten, wilde zwijnen en mensen.

Teken komen niet alleen voor in natuurgebieden, maar ook in stadsparken, grasdijken, weilanden en zelfs in tuinen. Vaak wordt gesteld dat het tekenseizoen van maart tot november is, maar door de zachte winters zijn teken het hele jaar door actief. Tijdens hete droge zomermaanden is de activiteit minder. De grootste kans om een tekenbeet op te lopen is tijdens een buitenactiviteit zoals wandelen in een park of bos en tui-nieren. Toch zijn er ook meldingen van mensen, die in huis gebeten worden door een teek, die meegekomen is met de hond of poes.

De tekenactiviteit is terug te vinden op www.tekenradar.nl. U vindt daar onder andere de tiendaagse verwachting van het activiteitsniveau van het nimfenstadium. Een tekenbeet kunt u daar ook melden.

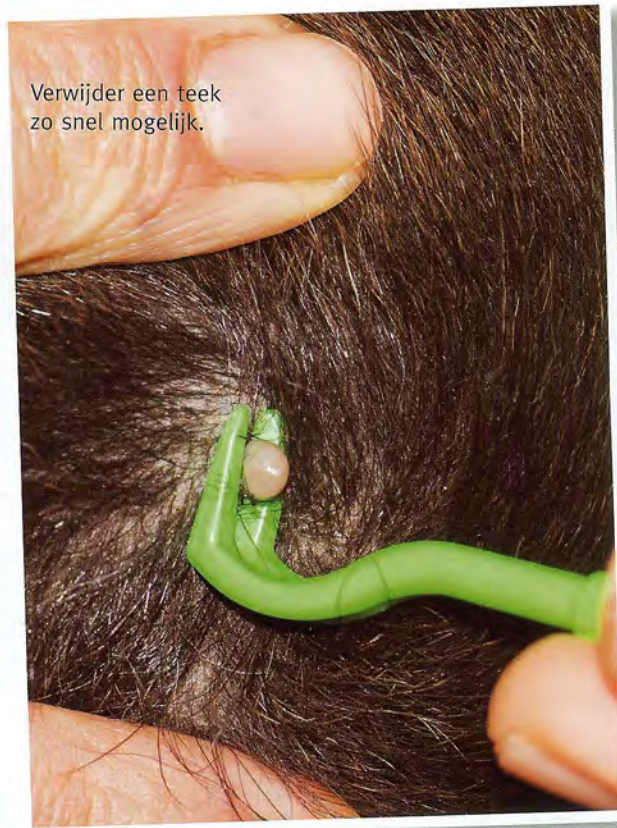
Preventieve maatregelen

Preventieve maatregelen ter voorkoming van een tekenbeet, zijn:

1. Vermijd contact met struikgewas en hoog gras door op de paden te blijven.
2. Kleding: Trek lichte kleding aan waar de teken goed op te zien zijn en stop de broek (of een dubbele voering in de onderpijp) in de sokken. Controleer de kleding na afloop en houd



Foto: Albert de Wilde



Verwijder een teek zo snel mogelijk.

deze gescheiden van ander wasgoed. Laat kinderen een petje dragen: in het haar zijn teken moeilijk terug te vinden. U kunt Deet op uw kleding spuiten. Met een zogenaamde 'kleefroller' zijn teken goed te verwijderen van kleding. Droog kleding in de droger bij 60°C: droogte is het zwakke punt van teken.

kinderen met de ziekte van Lyme. Wilt u Stichting Tekenbeetziekten helpen met het opzetten van een actie voor fondswerving, neem

een kijkje op de website en neem eens contact op.

3. Controleer op tekenbeten na een bezoek in het groen! Teken hebben de neiging op warme vochtige plekjes te gaan zitten, zoals tussen de tenen, knieholtes, liezen en oksels. Controleer ook de haargrens en achter de oren.
4. Draag een tekenverwijderaar bij u en verwijder een teek zo snel mogelijk! Tekenverwijderkaarten zijn te bestellen bij o.a. Stichting Tekenbeetziekten.

Contact

De informatielijn is te bereiken via 0900-2355627: op maandag van 13:00-16:00 uur en donderdag van 18:00-21:00 uur en kost 20 cent per minuut. De lijn is bedoeld voor patiëntenvragen en vragen over tekenbeten.

U kunt ook een mailtje sturen aan voorlichting@tekenbeetziekten.nl of fondsenwerving@tekenbeetziekten.nl.

www.tekenbeetziekten.nl
www.facebook.com/tekenbeetziekten
Twitter.com/tekenziekten

Wat doet Stichting Tekenbeetziekten nog meer?

Er is een informatielijn en donateurs kunnen terecht op een besloten forum met vragen over de diverse tekenziekten, de diagnostiek en behandelmogelijkheden.

Het uiteindelijke doel van de stichting is fondswerving voor wetenschappelijk onderzoek voor verbetering van diagnostiek en behandeling van chronische Lyme. Ook is er speciale aandacht voor



De teek

Als ik thuis kom van het jagen, neem ik meestal snel een bad. Dat is sinds kort zo mijn gewoonte, omdat ik laatst vol teken zat. Kennelijk moeten die mij hebben. Misschien heb ik wel lekker bloed. Alleen ben ik daar niet zo blij mee, omdat ik dan steeds krabben moet.

Laatst was ik weer thuisgekomen. Ik voelde werkelijk overal jeuk en moest op de gekste plekken krabben. Mijn vrouw die lag mooi in een deuk. Stiekem heeft ze mij gefilmd, onder de douche, ik stond piemelnaakt. 's Avonds vertelde ze mij lachend, dat ze een tekenfilm had gemaakt.

Paul Asselbergs®