

GEGEN ZECKE AUF ZACK

Präventiv gegen Zeckenstiche



Die Zecken sind in unserer Umgebung besonders verbreitet. Sie lauern im Wald, auf Gräser und in Gebüschchen. In der CEVI bewegen wir uns viel in der Natur. Daher ist unser Risiko eines Zeckenstiches etwas grösser. Mit ein paar Vorsichtsmassnahmen ist man gegen die kleinen, bissigen Tiere gewappnet.

„Die bekanntesten Krankheiten, die von Zecken übertragen werden können, sind **FSME** (Frühsommer-Meningoenzephalitis, auch Zecken-Hirnhautentzündung genannt, eine schwere Form der Gehirn- bzw. Hirnhautentzündung) und **Borreliose**.“

Schutz von Zecken und den übertragenen Krankheiten

- Auf die richtige **Kleidung** achten. Geschlossene Kleidung mit langen Ärmeln und lange Hosen tragen. Da Zecken hauptsächlich im Unterholz und an Gräsern sitzen, ist es sinnvoll, die Socken über die Hosenbeine zu ziehen. Helle Kleidung ist günstiger als dunkle, da man Zecken darauf gut erkennen und noch vor einem Stich entfernen kann.
- Nach einem Besuch im Freien in einem Zeckengebiet sollte man den ganzen **Körper** nach Zecken **absuchen**. Zecken suchen sich erst eine geeignete Stelle bevor sie stechen und krabbeln meist eine Zeit lang am Körper entlang. Zecken bevorzugen dünne und warme Hautstellen, deshalb sollte man sich unter den Armen, in den Kniekehlen, am Hals, auf dem Kopf (vor allem bei Kindern) und im Schritt besonders gründlich auf Zecken untersuchen.
- **Insektenabweisende Mittel** verwenden. Diese helfen zumindest eine Weile. Aber auch sie stellen keinesfalls einen sicheren Schutz vor Zecken dar.
- Eine **Schutzimpfung gegen FSME** ist empfehlenswert.

Weitere Informationen:

- Internet: www.zecke.ch, www.zeck-o-schreck.ch, www.zeckenliga.ch
- Hausarzt

Bei allfälligen Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Leiterteam
CEVI Niederhasli-Niederglatt

Checkliste auf
Rückseite beachten!

Vorsichtsmassnahmen



Vorbeugen mit
Antizeckenspray
und FSME-
Schutzimpfung



Tragen von ge-
schlossenen Schuhen,
langen Hosen und
hellen Kleidern



Absuchen des
Körpers

Sofortmassnahmen



Zecke senkrecht oder
mit Drehbewegung
herausziehen,
Wunde desinfizieren



Kein Öl oder andere
chemische Mittel ver-
wenden



Eintrag in die Agenda,
Kontrolle nach einem
Monat

Arztkonsultation



Hautrötung



Gelenkschmerzen



Unerklärbare Krank-
heitssymptome (z.B.
Fieber, Kopfschmerzen)