

## Schutz vor Zecken

Die richtige Kleidung und ein wirksames Zeckenschutzmittel können Zeckenstichen vorbeugen. Für die richtige Kleidung sind die Eltern verantwortlich. Das Zeckenschutzmittel wird von den Betreuerinnen eingesetzt. Zudem sollten die Kinder nach jedem Ausflug in den Wald zu Hause duschen und nach Zecken abgesucht werden. Bitte lesen Sie aufmerksam das folgende Merkblatt.

*Tagesschule Wabern*

## Merkblatt - Zecken

Zecken lauern auf Gräsern und Sträuchern. Sie können nicht springen, sondern sie versuchen, sich an vorbeistreichenden Menschen oder Tieren festzuhalten.

Beim Menschen wandern sie die Beine oder Hose hoch zu einer Hautstelle, wo sie sich vollsaugen können. Dabei können sie Krankheiten übertragen.

### Wie können Sie sich schützen?

- Tragen Sie lange Hosen und geschlossene Schuhe. Hemd oder T-Shirt in die Hosen und Socken über die Hosen. Tipp: Auf heller Kleidung entdecken Sie Zecken leichter.
- Verwenden Sie als zusätzliche Massnahme ein Zeckenschutzmittel. Kleider, Schuhe und Körperteile, die in Berührung mit Zecken kommen können, damit einsprayen. Bei mehrstündigem Aufenthalt im Freien wiederholen.
- Beim Wandern und Spielen möglichst nicht Sträuchern und Büschen entlang streifen. Vermeiden Sie es, durch hohes Gras und Gebüsch zu gehen. Vorsicht beim Liegen im Wald, auf Wiesen sowie in Parks und im Garten.
- Nach einem Aufenthalt im Freien duschen, Haut gut abreiben und Körper sorgfältig nach Zecken absuchen (vor allem an den bevorzugten Stellen: Schamgegend, Oberschenkelinnenseite, Bauchnabel und Umgebung, unter den Brüsten, Achselhöhlen, Schultern, Hals und Nacken, Haaransatz, hinter den Ohren, in der Kniekehle und Armbeuge).
- Achten Sie beim Absuchen besonders auch auf die kleinen Larven und Nymphen. Sie sind sehr klein, hellbraun und können leicht übersehen werden, da sie fast wie eine Sommersprosse aussehen.
- Zecken nach einem Aufenthalt im Freien auch von den Kleidern entfernen (z.B. mit Kleiderrolli). Kleider zum Trocknen aufhängen, denn in feuchten Kleidern können Zecken mehrere Stunden überleben.

### Was tun bei einem Zeckenstich?

- Zecke möglichst rasch nach deren Entdeckung entfernen.
- Zecke mit einer feinen Pinzette durch Fassen direkt über der Haut und mit leichtem, kontinuierlichem Zug entfernen. Es ist nicht empfehlenswert, die Zecke mit Öl, Leim oder Ausbrennen abtöten zu wollen. Selbst wenn ein Teil des Saugrüssels in der Haut stecken bleibt, ist dies nicht weiter schlimm, da der Fremdkörper vom Organismus selbst herausgearbeitet wird.
- Stichstelle gut desinfizieren.
- Zeckenstich sorgfältig dokumentieren: Wann erfolgte der mutmassliche Befall? Wo erfolgte der mutmassliche Befall? Wann wurde die Zecke entfernt?
- Zecke in einem beschrifteten Döschen (z.B. Filmdöschen) für allfällige spätere Analysen aufbewahren.
- Stichstelle in den folgenden Tagen und Wochen gut beobachten.
- Bei Auftreten auffälliger Symptome wie wandernde Rötung, Ausschlag, grippeartige Beschwerden, Schwindel, Gelenk- und Kopfschmerzen oder Übelkeit unbedingt einen Arzt aufsuchen und auf einer genauen Abklärung bestehen. Dokumentation mitnehmen.