

Zecken-Prävention

Bericht aus der Jahreszeitenpost, Frühling 2019

Als Eltern von Waldspielgruppenkindern und Kinderärzte möchten wir informieren, wie Sie sich und Ihre Kinder vor Zecken und deren übertragene Krankheiten schützen können. Durch einige Vorsorge- und Kontroll-Massnahmen kann das Risiko einer unangenehmen Infektionserkrankung weitgehend gesenkt werden.

Bei Aufenthalt in Wald, hohem Gras, Unterholz sind folgende Punkte zu beachten:

1. Geschlossene Kleidung tragen (lange Ärmel, lange Hosen, geschlossene Schuhe)
2. Socken über die Hosenbeine stülpen (Zecken lauern im Unterholz und krabbeln nach oben)
3. Zeckenschutzmittel verwenden.
Folgende Schweizer Produkte mit natürlichen Wirkstoffen haben die beste Schutzwirkung:
 - KIK® NATURE ZECKENSCHUTZ (Zitroneneukalyptus, in Apotheken für ca. 11.50 CHF)
 - ANTI INSECT® ZECKEN (Orangen- und Rosenöl-Bestandteil, in Migros für ca. 6.90 CHF)Im Sommer zuerst Sonnencreme einwirken lassen und dann darüber den Zeckenspray, auf die Haut und Kopfhaut und auch über die Kleider, besonders bei den „Eintrittsstellen“ (Füsse und Knöchel, Hände und Handgelenke, Nacken und Kragen), genügende Menge auftragen, idealerweise nach ca. 3-4 Stunden wiederholen.
4. Falls möglich: Abstand vom hohen Gras oder Unterholz (bei Kindern nicht sehr realistisch).
5. Ganz wichtig nach dem Aufenthalt im Zeckengebiet: Noch am gleichen Abend **den gesamten Körper gründlich nach Zecken absuchen**, z.B. nach Baden/Duschen. Besonders gut hinter Ohren, am behaarten Kopf (mit Kamm), in Achseln, Leisten, am Genitale und Gesäss schauen.

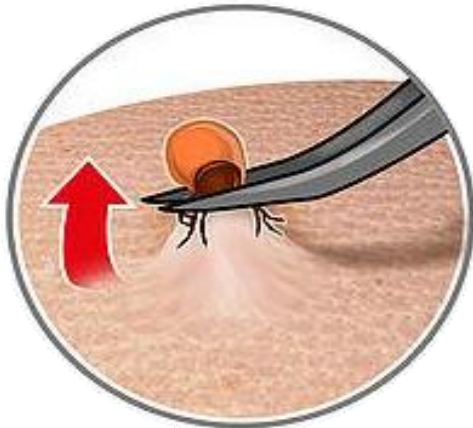
Vorsicht:

Zecken im Nymphen-Stadium sind winzig klein (1mm), sie können leicht übersehen oder mit einem Muttermal verwechselt werden. Im Zweifel mit einer Lupe schauen.



Bei einem Zeckenstich sind folgende Punkte zu beachten:

1. Cool bleiben. Die meisten Zecken sind nicht infiziert. Ein Zeckenstich bedeutet nicht eine Infektion und eine Infektion führt oft nicht zu einer Erkrankung.
2. Zecke innerhalb von 12 Stunden entfernen.
Am besten geht das mit einer spitzen Pinzette: Zecke direkt über der Haut am Kopf packen, gut zudrücken und langsam (ohne Drehung) rausziehen.
Wichtig: Kein Öl, Nagellack o.ä. auf die Zecke! Dadurch erbricht sie und überträgt Erreger.



3. Desinfizieren der Stichstelle.
4. Koprfreste dürfen in der Haut bleiben. Wegen Widerhaken im Stechapparat der Zecke kann bei der Entfernung ein Stück in der Haut steckenbleiben. Es braucht keine chirurgischen Aktionen, um diese zu entfernen. Mit der Hauterneuerung werden die Reste vom Körper selbständig abgestossen.
5. Kind und dessen Haut in den nächsten Wochen beobachten:
Eine Arztkonsultation ist empfohlen insbesondere bei:
 - sich langsam ausbreitender ringförmiger Hautrötung, > 4-5 cm im Durchmesser
 - starken Kopfschmerzen, Verhaltensauffälligkeiten oder Halbseitenlähmung im Gesicht



Dr. med. Csongor Deak



Dr. med. Barbara Deak

*Oberärzte Klinik für Kinder und Jugendliche, Kantonsspital Baden
Eltern von Kindern in der Waldspielgruppe*

Bei Fragen: csongor.deak@ksb.ch