

ZECKEN MERKBLATT

(aus Erlebnis Wald – Natur entdecken mit Kindern; Marlis Labudde–Dimmler 2008)

KLEIDUNG

- Im Wald immer **geschlossene** Kleidung mit langen Ärmeln und Hosenbeinen tragen, gerade auch an heissen Sommertagen .
- Hosenbeine in die Socken stossen .
- Helle Kleidung erleichtert das Absuchen .
- Insektenschutzmittel können Zecken wenigstens teilweise fernhalten .

ABSUCHEN

- Nach jedem Besuch in einem Zeckengebiet den ganzen Körper absuchen . Besonders gern setzen sich die Zecken in **Achselhöhlen, Kniekehlen, im Schritt** oder am Hals fest .

ZECKE ENTFERNEN

- Entdeckte Zecke sofort entfernen . Je länger die Zecke saugen kann, desto höher ist das Infektionsrisiko .
- Vorgehen : Zecke mit einer **Pinzette** direkt über der Haut packen, **gerade herausziehen** und Stichstelle **desinfizieren** .

NOTIEREN

- Jeder Zeckenbiss soll in der Agenda mit Ortsangabe notiert werden . Das erleichtert dem Arzt die Diagnose bei einer allfälligen Erkrankung .
- Bissstelle ein paar Tage beobachten – und dann vergessen .

ARZTBESUCH

- In der Regel nicht nötig .
- Sollten innerhalb von zwei bis vier Wochen **Rötungen der Bissstelle** und /oder grippeähnliche Symptome auftauchen, muss unbedingt ein **Arzt** aufgesucht werden . Dabei leisten genaue **Angaben zum Zeckenbiss** wertvolle Hilfe .

Weitere Infos im Netz unter

- www.zecken.ch
- <http://www.bag.admin.ch/themen/medizin/00682/00684/01069/?lang=de>