



## Merkblatt Zecken

---

### Schutz vor Zeckenstichen

Um sich vor Zeckenstichen zu schützen, empfiehlt es sich an folgende Regeln zu halten:

- ... achtsam sein: Zecken sind im Frühling und Herbst besonders aktiv.
- ... ein Zeckenschutzmittel (Repellent) für Haut und Kleider benutzen
- ... geschlossene, bedeckende und helle Kleider und Schuhe tragen: Zecken sind auf hellen Kleidern besser erkennbar und können so noch vor einem möglichen Stich entfernt werden.

### Schutz vor von Zecken übertragenen Krankheiten

Such Körper und Kleider möglichst schnell (mindestens noch am selben Tag) nach Aufenthalt an Orten mit potenziellem Zeckenkontakt nach Zecken ab. Zecken stechen vor allem in den Kniekehlen, Leisten und Achselhöhlen (bei Kindern auch im Kopfhairbereich). Gegen die Frühsommer-Meningoenzephalitis FSME ist eine Schutzimpfung vorhanden. Folge den Impfeempfehlungen des Bundesamtes für Gesundheit.

### Impfeempfehlung und Risikogruppen

Das Bundesamt für Gesundheit (BAG) empfiehlt die Impfung gegen FSME allen erwachsenen Personen und Kindern im Allgemeinen ab 6 Jahren, welche in Endemiegebieten wohnen oder sich zeitweise dort aufhalten. Die Situation von Kindern im Alter zwischen 1 und 5 Jahren ist individuell zu prüfen.

### Zeckenentfernung: So entfernt man eine Zecke richtig

Je länger eine Zecke Blut saugt, desto wahrscheinlicher ist es, dass der Borreliose-Erreger übertragen wird. Die Zecke ist möglichst schnell mit einer feinen Pinzette zu entfernen. Fass die Zecke mittels Pinzette direkt über der Haut und entferne die Zecke durch kontinuierliches Ziehen. Desinfiziere anschliessend die Stichstelle. Niemals sollten Öl, Nagellack, Alkohol oder Klebstoff verwendet werden, um die Zecke zu entfernen. Diese Mittel können die Übertragung von Erregern begünstigen.

### Krankheitserkennung: Im Zweifelsfall den Arzt aufsuchen

Sollten nach einem Zeckenstich Symptome auftreten, ist ein Arzt aufzusuchen. Im Falle einer Infektion mit dem Borreliose-Erreger kann es typischerweise zu einer sogenannten Wanderröte kommen, einer sich kreisförmig ausbreitenden Hautrötung. Nach genauer Abklärung verschreibt der Arzt eine Antibiotika-Behandlung, um den Erreger zu bekämpfen und den Befall anderer Organe zu verhindern. Nicht zu empfehlen ist hingegen eine vorbeugende Behandlung nach einem Zeckenstich, ohne dass Symptome bestehen. Kontaktiere unbedingt einen Arzt, wenn nach einem Zeckenstich Symptome auftreten, die an eine Borreliose oder eine FSME erinnern. Ein Zeckenstich gilt gemäss geltendem Recht als Unfall. Melde den Zeckenstich der Unfallversicherung, falls du einen Arzt aufsuchen musst.

Weitere Informationen unter: [www.zecken-stich.ch](http://www.zecken-stich.ch), [www.zeckenliga.ch](http://www.zeckenliga.ch)