

Zeckenstich

Gute.Gesundheit. Was kann ich selbst tun?



Die meisten Zeckenstiche haben keine gesundheitlichen Folgen. In manchen Fällen können infizierte Zecken Krankheiten übertragen. Am häufigsten sind das die Borreliose (auch Lyme-Borreliose oder Lyme-Krankheit) und die Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME). Zum Schutz vor FSME gibt es eine Impfung.

Woher kommen die Beschwerden? ^{6,11,12}

- ▶ Zecken kommen sowohl in der freien Natur als auch in Gärten oder Parks vor. Sie sind in unseren Breiten zwischen März und November aktiv.
- ▶ Zeckenstiche lösen oft eine juckende Rötung aus. Das ist eine normale Entzündungsreaktion und vergeht einige Tagen nach Entfernung der Zecke von selbst wieder.
- ▶ Bis zu fünf Prozent der Zecken tragen FSME-Viren in sich.
- ▶ Etwa drei bis sechs von 100 Menschen, die von einer Zecke gestochen wurden, infizieren sich mit Borrelien. In manchen Fällen entsteht einige Tage oder Wochen nach dem Stich ein roter Hautfleck, der sich irgendwo am Körper – manchmal auch an mehreren Stellen – ringförmig ausbreitet („Wanderröte“).

Wie kann ich mich vor Zeckenstichen schützen? ^{8,11}

- ▶ Tragen Sie geschlossene Schuhe und lange Hosen, wenn Sie durch hohes Gras oder Gebüsch gehen.
- ▶ Zeckensprays können ein paar Stunden einen gewissen Schutz vor Zecken bieten.
- ▶ Untersuchen Sie Haut und Kleidung auf Zecken, wenn Sie in der Natur – vor allem in zeckenverseuchten Gebieten – unterwegs waren. Vor allem Haaransatz, Ohren, Hals, Achseln, Ellenbeuge, Bauchnabel, Genitalbereich und Kniekehlen sind bevorzugte Stichstellen.

- ▶ Manchmal krabbeln Zecken noch mehrere Stunden lang am Körper herum, bevor sie stechen. Auf heller Kleidung lassen sich Zecken besser erkennen und entfernen als auf dunkler.
- ▶ Suchen Sie auch Ihre Haustiere auf Zecken ab.

Was kann ich nach einem Zeckenstich selbst tun? ^{5,6,8,11}

- ▶ Hat sich die Zecke bereits festgesaugt, sollten Sie sie so rasch wie möglich entfernen.
- ▶ Verwenden Sie dazu eine geeignete Pinzette (Zeckenpinzette oder flache Pinzette) oder eine Zeckenkarte. Man kann die Zecke auch mit dem Fingernagel entfernen. Fassen Sie die Zecke so nahe wie möglich an der Haut und ziehen Sie sie gerade heraus.
- ▶ Achten Sie darauf, den Körper der Zecke nicht zu quetschen.
- ▶ Träufeln Sie keinesfalls Öl, Seife, Alkohol oder andere Mittel auf die Zecke. Das reizt das Tier und erhöht die Wahrscheinlichkeit, dass es seinen möglicherweise infektiösen Speichel in die Wunde abgibt.
- ▶ Wischen Sie nach dem Entfernen der Zecke die Einstichstelle mit einem Desinfektionsmittel, das für die Haut geeignet ist, ab.

Woran erkenne ich eine Borreliose? ^{4,8,9,10}

- ▶ Nach einem Einstich dauert es meistens ein bis zwei Tage, bis Borrelien übertragen werden. Das rechtzeitige Entfernen der Zecken vermindert das Risiko einer Infektion.
- ▶ Eine Infektion erkennt man am leichtesten durch die typische Wanderröte. Sie tritt erst einige Tage oder Wochen nach dem Zeckenstich rund um die Einstichstelle oder an anderen (mehreren) Hautstellen auf.

Zeckenstich

Gute.Gesundheit. Was kann ich selbst tun?



- ▶ Manche Menschen haben auch grippeartige Beschwerden.
- ▶ Der weitere Verlauf der Erkrankung ist sehr unterschiedlich. Bei über 85 Prozent der Patientinnen und Patienten bleibt die Rötung die einzige Krankheitserscheinung. Bei etwa 10 bis 20 Prozent kommt es nach Wochen, Monaten oder manchmal auch erst nach Jahren zu Beschwerden, die vor allem das Nervensystem und die Gelenke betreffen.

Was hilft gegen Borreliose? ^{4,8,9,10}

- ▶ Ärztinnen und Ärzte können Borreliose meist gut erkennen und mit Antibiotika behandeln. Es sind normalerweise keine Laboruntersuchungen notwendig.
- ▶ Ohne Antibiotika kann es zu Spätfolgen kommen.
- ▶ Es gibt keine Impfung zum Schutz vor Borreliose. Auch eine durchgemachte Erkrankung bietet keinen Schutz vor einer neuerlichen Infektion.
- ▶ Auf dem Markt werden viele Tests und Behandlungen für unbehandelte Borreliose angeboten, die wissenschaftlich nicht ausreichend untersucht und belegt sind (z. B. Lymphozytentransformationstest oder Antigennachweis aus Urin). Vorsicht ist auch bei Behandlungen angeraten, die keinen wissenschaftlichen Nachweis erbringen können.¹

Woran erkenne ich eine Frühsummer-Meningoenzephalitis (FSME)? ^{3,7,11,12}

- ▶ FSME ist eine Erkrankung, die durch ein Virus hervorgerufen wird. Bei einer Infektion kommt es bei einem kleinen Teil der Patientinnen und Patienten zu einer Entzündung von Gehirn und Hirnhäuten (Meningoenzephalitis).
- ▶ Die Mehrzahl aller infizierten Personen (70 bis 90 Prozent) hat keine Beschwerden.
- ▶ FSME zeigt sich in Phasen: Erste Anzeichen einer Erkrankung treten ein bis zwei Wochen nach dem

Zeckenstich auf. Es kann zu grippeartigen Beschwerden, Erbrechen, Schwindel und mäßigem Fieber kommen. Es folgt dann häufig eine kurze Zeit (ca. eine Woche) ohne Beschwerden. Danach können Kopfschmerzen, Schwindel, Konzentrationsstörungen, Bewusstseinsstörungen oder Verwirrtheit, Bewegungs-, Gleichgewichts- und Sprachstörungen sowie Lähmungserscheinungen auftreten.

Wie kann ich mich vor FSME schützen?

Zum Schutz vor FSME gibt es eine Impfung. Der Impfplan Österreich empfiehlt sie ab dem vollendeten ersten Lebensjahr. Die Impfung erfolgt in Form von zwei Injektionen im Abstand von ein bis drei Monaten sowie einer Auffrischungsimpfung nach einem Jahr. Abhängig von Impfstoffhersteller und Alter der Patientin bzw. des Patienten werden danach Auffrischungsimpfungen alle drei bis fünf Jahre empfohlen. Der Impfschutz ist gut, die Nebenwirkungen sind gering.^{2,3,7}

Wann sollte ich unbedingt eine Ärztin oder einen Arzt aufsuchen?

Wenn die Zecken an schwer zugänglichen oder sehr empfindlichen Stellen (z. B. Genitalbereich, Ohren, Augenlider) haften, lassen Sie sie von einer Ärztin oder einem Arzt entfernen.^{3,12}

Suchen Sie auch ärztliche Hilfe, wenn Sie nach einem Zeckenstich Beschwerden bekommen, die auf eine Borreliose oder FSME hindeuten könnten (z. B. Wanderröte, Gelenks- oder Muskelschmerzen, Fieber, ...).¹²

Aktualisiert am: 28. Jänner 2024

Erstellung: Mag.^a Andrea Fried (Gesundheit Österreich GmbH)

Review: Dr.ⁱⁿ Susanne Rabady (Österreichische Gesellschaft für Allgemein- und Familienmedizin)

Herausgeber: Dachverband der Sozialversicherungsträger, 1030 Wien, Kundmanngasse 21

Zeckenstich

Gute.Gesundheit. Was kann ich selbst tun?



Wichtiger Hinweis: Diese Gesundheitsinformationen möchten Sie bei Ihren Entscheidungen unterstützen. Sie können aber das persönliche Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt nicht ersetzen. Die Informationen wurden auf Grundlage der derzeit besten verfügbaren wissenschaftlichen Erkenntnisse erstellt. Bitte beachten Sie aber, dass sie keine verlässlichen Aussagen über Ihren individuellen Gesundheitszustand und die Entwicklung Ihrer Beschwerden treffen können.

Literatur

- 1 Bayerisches Landesamt für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit; Fingerle, V. (2013): Die Lyme-Borreliose [online]. www.lgl.bayern.de/gesundheitsinfektionsschutz/infektionskrankheiten_a_z/borreliose/lyme.htm [Zugriff am 05.01.2024]
- 2 BMSGPK (2023): Impfplan Österreich 2023-2024. Version 1.0. Hg. vom Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz
- 3 BMSGPK (2022): Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME) [online]. [www.sozialministerium.at/Themen/Gesundheit/Uebertragbare-Krankheiten/Infektionskrankheiten-A-Z/Fr%C3%BChsommer-Meningoenzephalitis-\(FSME\).html](http://www.sozialministerium.at/Themen/Gesundheit/Uebertragbare-Krankheiten/Infektionskrankheiten-A-Z/Fr%C3%BChsommer-Meningoenzephalitis-(FSME).html) [Zugriff am 05.01.2024]
- 4 Deutsche Gesellschaft für Dermatologie (2016): S2k-Leitlinie Kutane Lyme Borreliose. AWMF-Registernummer 013-044 [in Überarbeitung]
- 5 gesundheit.gv.at (2019): Zecken richtig entfernen [online]. www.gesundheit.gv.at/krankheiten/immunsystem/zecken-krankheiten/zecken-entfernen.html [Zugriff am 05.01.2024]
- 6 gesundheitsinformation.de (2022): Zeckenstich [online]. Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG). www.gesundheitsinformation.de/zeckenstich.html [Zugriff am 05.01.2024]
- 7 Rabady, S.; Hoffmann K.; Kunnamo, I. (2022): EbM-Guidelines. Enzephalitis [online]. www.ebm-guidelines.at [Zugriff am 23.01.2024]
- 8 Rabady, S.; Hoffmann K.; Kunnamo, I. (2023): EbM-Guidelines. Insektenstiche und -bisse [online]. www.ebm-guidelines.at [Zugriff am 23.01.2024]
- 9 Rabady, S.; Hoffmann, K.; Kunnamo, I. (2022): EbM-Guidelines. Lyme-Borreliose [online]. www.ebm-guidelines.at [Zugriff am 23.01.2024]
- 10 Robert Koch-Institut (2021): Antworten auf häufig gestellte Fragen zu Borreliose [online]. www.rki.de/SharedDocs/FAQ/Borreliose/Borreliose.html [Zugriff am 05.01.2024]
- 11 Robert Koch-Institut (2023): Antworten auf häufig gestellte Fragen zu Zecken, Zeckenstich, Infektion [online]. www.rki.de/SharedDocs/FAQ/FSME/Zecken/Zecken.html [Zugriff am 05.01.2024]
- 12 Deutsche Gesellschaft für Neurologie (2020): Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME), S1-Leitlinie. AWMF-Registernummer 030-035

Methodenhandbuch
und mehr Infos:

