



News: 01/2017

## Der Vorsatz ist Vorsorge



Für einen mehrjährigen Impfschutz werden drei Impfungen in einem festgelegten Zeitraum über mehrere Monate benötigt. Danach erfolgt eine regelmäßige Auffrischung. Lassen Sie sich von Ihrem Arzt beraten.

Winter ein Ziel für [Zecken](#) und die Krankheitserreger, die sie beim Stechen übertragen können. Denn Zecken werden aktiv, sobald es an mehreren aufeinanderfolgenden Tagen sieben Grad Celsius warm oder wärmer ist. Das kann im Winter durchaus einmal vorkommen. Damit die guten Vorsätze nicht gleich wieder zunichtegemacht werden, hilft ein Blick in den Impfkalender.

### Ein kleiner Stich ...

Im Gegensatz zu uns Menschen verbringen Zecken die Weihnachtszeit meist in Kältestarre und dementsprechend mit Fasten. Sobald es draußen mehrere Tage hintereinander warm genug ist, starten auch die winzigen Spinnentiere mit ihrem Sport – der Jagd. Denn bei ihnen steht immer nur ein Grundnahrungsmittel auf der Menükarte: frisches Blut. Also hängt der nur wenige Millimeter große Parasit aus der Familie der Milben auf Gräsern, Büschen oder Sträuchern ab und wartet darauf, sich von einem Passanten abstreifen zu lassen. Findet die Zecke eine freie Einstichstelle, kann sie über ihren Speichel FSME-Viren übertragen. Hat sie lang genug Zeit zu saugen, können auch Borreliose-Bakterien aus ihrem Darm in die Einstichstelle abgegeben werden. Aufgrund eines betäubenden Sekrets bleibt der Stich der Zecke meist unbemerkt – kann aber schwerwiegende Folgen haben. Denn [Frühsommer-Meningoenzephalitis](#)(FSME)-Viren können eine Entzündung der Hirnhaut und des zentralen Nervensystems auslösen. Eine solche wiederum kann schwere Langzeitschäden wie Lähmungen oder Sprachstörungen hinterlassen.

### ... oder drei kleine Pikser

Um sich gegen Zecken zu schützen, gibt es verschiedene [Vorsorgemaßnahmen](#). Erstens: Möglichst lange Kleidung und über die Hosenbeine gezogene Socken verringern das Angebot an freien Einstichstellen. Das ist natürlich im Winter leichter als im Sommer. Aber auch im Sommer hilft helle Kleidung dabei, die dunklen Krabbler schnell zu erkennen und abzulesen, bevor sie zustechen können. Zweitens: Duftstoffe, sogenannte Repellents, halten Mücken und Zecken vom Stechen ab, müssen aber regelmäßig aufgetragen werden. Drittens: Wer sich nach jedem Aufenthalt im Freien gründlich nach Zecken absucht, kann sie entdecken, bevor sie im Warmen weiter auf Nahrungssuche gehen. Viertens kann ein kleiner Piks dazu beitragen, das Risiko einer FSME-Infektion nach einem Zeckenstich zu reduzieren

Das neue Jahr ist gestartet und allerorten ist von guten Vorsätzen die Rede. Ganz hoch im Kurs stehen ein gesünderer Speiseplan und der Wunsch danach, endlich wieder mehr Sport zu treiben. Doch zur Gesundheit gehört auch die Vorsorge. Gegen Zecken zum Beispiel. Und manchmal schlägt man dann zwei ... äh ... Zecken mit einer Klappe.

Wer nach den Feiertagen hochmotiviert die Laufschuhe schnürt, um die guten Vorsätze gleich in die Tat umzusetzen, tut seiner Gesundheit auf jeden Fall etwas Gutes. Doch wer sich draußen aufhält, ist auch potenziell im



zecken.de

– die FSME-Impfung. Na ja, streng genommen sind es drei kleine Pikser, um den Impfschutz aufzubauen. Danach kann ein Blick in den Impfkalender schnell Klarheit bringen, ob es Zeit für eine Auffrischung ist..

### Der beste Zeitpunkt für die Impfung?

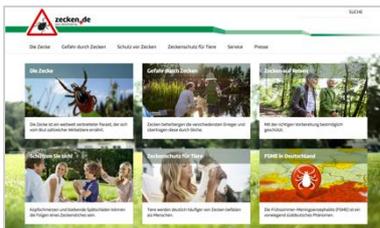
In Deutschland reicht die Zeckensaison in der Regel von Februar bis Oktober. Der Beginn oder das Ende der Saison kann sich bei entsprechenden Temperaturen aber auch verschieben. Der Impfschutz sollte daher bestenfalls das gesamte Jahr über bestehen. Mit dem [Aufbau des Impfschutzes](#) kann jederzeit begonnen werden. Für einen mehrjährigen Impfschutz werden drei Impfungen in einem festgelegten Zeitraum über mehrere Monate benötigt. Danach erfolgt eine regelmäßige Auffrischung. Steht die Zeckensaison unmittelbar bevor, kann auch kurzfristig ein Impfschutz für die aktuelle Saison aufgebaut werden. Lassen Sie sich dazu von Ihrem Arzt beraten.

Weitere Informationen über Zecken und Schutz vor Zecken finden Sie hier:



[www.leidenschaftnatur.de](http://www.leidenschaftnatur.de)

Vorsorge für Naturbegeisterte – eine Selbstverständlichkeit!



[www.zecken.de](http://www.zecken.de)

Das umfangreiche Infoportal über Zecken.



[www.facebook.com/zecken.de](https://www.facebook.com/zecken.de)

Zecken.de auf Facebook!