

LYME-BORRELIOSE

Was ist Lyme-Borreliose?

In Deutschland sind Borrelien die am häufigsten durch Zecken übertragenen Krankheitserreger. Die Erkrankung kann die Haut, das Nervensystem und die Gelenke betreffen. Gegen Lyme-Borreliose gibt es für den Menschen bisher keine Impfung. Eine Lyme-Borreliose kann aber, sofern sie rechtzeitig erkannt wird, mit Antibiotika behandelt werden. Jährlich treten in Deutschland rund 500 Lyme-Borreliose-Fälle pro 100.000 Einwohner auf.¹ Im Gegensatz zur Frühsommer-Meningoenzephalitis, kurz FSME, gibt es für Borreliose allerdings keine bundesweite Meldepflicht.

Wie wird Lyme-Borreliose übertragen?

Borrelien befinden sich im Darm der Zecke und werden ab einer Saugdauer von 12 bis 24 Stunden in die Einstichwunde übertragen. Das FSME-Virus hingegen befindet sich im Speichel der Zecke und wird bei einem Zeckenstich sofort übertragen. Das rasche Entfernen einer saugenden Zecke kann daher vor einer Lyme-Borreliose, aber nicht vor einer FSME schützen.

Wo ist Vorsicht geboten?

Wer in Corona-Zeiten die Natur neu für sich entdeckt, sollte sich vor Zecken in Acht nehmen. Auf der Suche nach einer Blutmahlzeit warten die Parasiten in ländlichen und städtischen Gebieten auf einen Wirt. Sie krabbeln auf Wiesen, in Büschen und im Laub am Boden. Auch in heimischen Gärten und Stadtparks oder auf Sportplätzen und in Biergärten mit Grünflächen können Zecken lauern. Streift eine Person die Zecke mit der Kleidung oder freiliegenden Hautpartien ab, krallt sich das Spinnentier blitzschnell fest. Anschließend sucht es am Körper des Wirts eine gut durchblutete Stelle, um zuzustechen.

Wie verläuft eine Lyme-Borreliose?

Im Frühstadium der Lyme-Borreliose zeigt sich meist die typische Wanderröte, eine ringförmige Rötung um die Einstichstelle. Nach einem Zeckenstich kann es bis zu 28 Tage dauern, bevor diese Rötung sichtbar wird. Bei einer Lyme-Borreliose können zudem Symptome wie Abgeschlagenheit, Fieber und Kopfschmerzen auftreten. Wenn das Nervensystem betroffen ist, kann es zu einer Gesichtslähmung, Nervenwurzel- oder Hirnhautentzündung führen. Wird die Krankheit erst später diagnostiziert, können die Borrelien bereits bleibende Schäden wie chronische Gelenkentzündungen oder Herzprobleme verursacht haben.

¹ Robert Koch-Institut SurvStat@RKI2.0, <https://survstat.rki.de>, zuletzt aufgerufen: 08.01.2021.

Wie vermeide ich einen Zeckenstich?

Wer das Risiko einer Lyme-Borreliose verringern möchte, sollte Zeckenstichen vorbeugen. Beim Aufenthalt im Grünen ist es daher wichtig, eine „Zecken-AHA-Regel“ einzuhalten:

- **A – Anti-Zeckensprays** aus der Apotheke können helfen, die Parasiten für einige Zeit auf Abstand zu halten.
- **H – Helle und lange Kleidung sowie geschlossenes Schuhwerk** erschweren den Zecken den Zugang zur Haut, und die dunklen Spinnentiere können entdeckt und entfernt werden, bevor sie zustechen.
- **A – Absuchen des Körpers** nach jedem Aufenthalt im Grünen, insbesondere die Kniekehlen und Armbeugen sowie den Bauch-, Brustbereich und Schritt kontrollieren. Bei Kindern ist zudem aufgrund ihrer Körpergröße der Kopfbereich gefährdet.

Wie sollte eine Zecke entfernt werden?

Eine saugende Zecke sollte schnellstmöglich mit einer Pinzette, Zeckenkarte oder Zeckenzange entfernt werden. Unabhängig davon, welches Hilfsmittel verwendet wird, ist folgende Technik relevant:

- Die Zecke möglichst **hautnah greifen** und **langsam entfernen**, ohne das Tier zu quetschen. Dabei die Zecke **nicht drehen**. Sollten Reste der Zecke in der Haut zurückbleiben, werden diese nach einiger Zeit vom Körper abgestoßen.
- Auf die Anwendung von **Alkohol, Öl und Klebstoff** verzichten. Die Zecke wird dadurch irritiert und kann „erbrechen“, sodass die Krankheitserreger schneller ins Blut gelangen.
- Nach der Zeckenentfernung die **Einstichstelle desinfizieren** und über mehrere Wochen **aufmerksam beobachten**.
- Die erfolgreich entfernte Zecke mit einem **festen Gegenstand**, z. B. einem Glas oder Stein, **zerdrücken**.

Wichtig: Sollte die Einstichstelle heiß werden, schmerzen und/oder grippeähnliche Symptome wie Fieber oder Gliederschmerzen auftreten, ist umgehend ein Arzt aufzusuchen. Für den Fall, dass eine Wanderröte sichtbar wird, sollte auch ein Arzt kontaktiert werden.