

FRÜHSOMMER-MENINGOENZEPHALITIS (FSME)

Was ist FSME?

Frühsommer-Meningoenzephalitis, kurz FSME, ist eine Erkrankung der Hirnhäute und des zentralen Nervensystems, ausgelöst durch das FSME-Virus. Die Bezeichnung „Frühsommer“ ist dabei irreführend, da das Risiko einer FSME-Infektion ganzjährig besteht. Die Erkrankung ist nicht mit Medikamenten heilbar, kann bleibende Schäden wie Lähmungen und Sprechstörungen verursachen und in schweren Fällen sogar tödlich verlaufen. Durch Impfen kann man sich vor FSME schützen. Mit über 680 gemeldeten FSME-Fällen wurde im Jahr 2020 ein neuer Höchststand seit Beginn der Meldepflicht im Jahr 2001 erreicht.¹

Wie wird FSME übertragen?

Im Gegensatz zum Coronavirus Sars-CoV-2 wird das FSME-Virus nicht von Mensch zu Mensch, sondern von Zecken auf den Menschen übertragen. Hat eine infektiöse Zecke zugestochen, wird das Virus sofort übertragen. Das rasche Entfernen einer saugenden Zecke schützt daher nicht vor einer FSME-Infektion. Dennoch gilt: Je länger eine Zecke saugt, desto höher ist das Risiko, sich mit weiteren gefährlichen Krankheitserregern, wie z. B. Borrelien, zu infizieren.

Wo ist Vorsicht geboten?

In Corona-Zeiten zieht es viele Menschen in die Natur. Doch Zecken halten keinen Abstand. Die Spinnentiere finden sich in ländlichen und städtischen Gebieten. Auf der Suche nach einer Blutmahlzeit krabbeln sie 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.

Wo liegen die FSME-Risikogebiete?

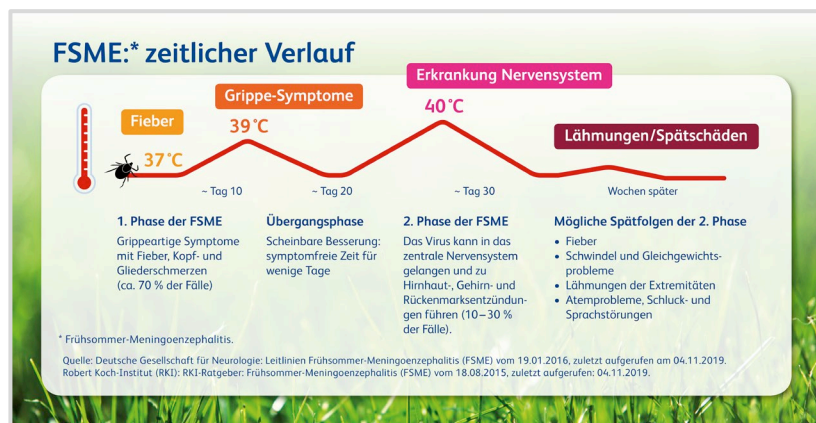
Zecken können das FSME-Virus in ganz Deutschland übertragen. In den sogenannten **FSME-Risikogebieten** besteht jedoch ein höheres Risiko, durch einen Zeckenstich mit dem FSME-Virus infiziert zu werden. Zu den aktuell **164 Risikogebieten in Deutschland** zählen große Teile Bayerns, Baden-Württembergs sowie Teile Hessens, Sachsens und Thüringens. Einzelne Risikogebiete befinden sich zudem im Saarland und in Rheinland-Pfalz. In den vergangenen Jahren ist mit dem Landkreis Emsland in Niedersachsen das erste FSME-Risikogebiet in Norddeutschland dazugekommen. Auch der Stadtkreis Dresden gilt mittlerweile als FSME-

¹ Robert Koch-Institut: STIKO: Aktuelle Statistik meldepflichtiger Infektionskrankheiten. 53. Woche 2020 (Datenstand 6. Januar 2021). [Epid. Bull 2021](#); 1, 26-28.

Risikogebiet.² Zudem ist das FSME-Virus in anderen Teilen Europas, wie z. B. in Österreich, Kroatien, Tschechien oder der Schweiz, verbreitet.³

Wie verläuft eine FSME-Erkrankung?

Eine FSME ist durch einen meist zweiphasigen Krankheitsverlauf gekennzeichnet. Dieser beginnt in der Regel mit grippeähnlichen Symptomen wie Fieber, Kopf- und Gliederschmerzen. In einer möglichen zweiten Erkrankungsphase kann eine Entzündung der Hirnhaut und des zentralen Nervensystems auftreten. Vermehrt sich das Virus in Gehirn und Rückenmark, kann es zu schweren Verläufen mit bleibenden Schäden, wie z. B. Lähmungen, kommen.



Wie kann man FSME vorbeugen?

In der Corona-Pandemie ist vielen Menschen bewusst geworden, wie wichtig Impfungen sind. Umso besser, dass es gegen viele Erkrankungen bereits bewährte Impfstoffe gibt. Dazu zählt z. B. auch die **Impfung gegen FSME**. Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt die FSME-Impfung allen Menschen, die in einem FSME-Risikogebiet wohnen oder dorthin reisen und vor Ort mit Zecken in Berührung kommen können.⁴ Die Kosten für die Impfung übernimmt in der Regel die Krankenkasse.

Impftermine sollten, genauso wie notwendige Arztbesuche, auch in Pandemie-Zeiten in Anspruch genommen werden. Die sogenannte Grundimmunisierung gegen FSME besteht aus **drei Impfungen in einem bestimmten zeitlichen Abstand** zueinander. Mit dem Aufbau des Impfschutzes beginnt man daher idealerweise in den Herbst- und Wintermonaten, damit zum Start der Zeckensaison im Frühjahr bereits ein Schutz gegeben ist. Die ersten beiden Teilimpfungen erfolgen im Abstand von 1 bis 3 Monaten, die dritte Dosis wird – je nach Impfstoff – 5 bzw. 9 bis 12 Monate danach verabreicht. Je nach Alter und Impfstoff sollte der Impfschutz alle 3 bis 5 Jahre aufgefrischt werden. Kinder können bereits ab dem Alter von einem Jahr gegen FSME geimpft werden.

² Robert Koch-Institut: FSME: Risikogebiete in Deutschland (Stand: Februar 2020) Bewertung des örtlichen Erkrankungsrisikos. [Epid. Bull.](#); 8, 1–19.

³ zecken.de: [FSME-Risikogebiete in Europa](#), zuletzt aufgerufen: 08.01.2021.

⁴ Robert Koch-Institut: Empfehlungen der Ständigen Impfkommission beim Robert Koch-Institut 2020/2021. [Epid. Bull. 2020](#); 34: 1–65.

ZECKENSTICHE VERMEIDEN

Wie vermeide ich einen Zeckenstich?

Da Zecken neben FSME-Viren und Borrelien weltweit mehr als 50 verschiedene Krankheitserreger übertragen können, sollte man Zeckenstiche im Idealfall vermeiden. 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. Zudem kann es nach dem Zeckenstich bis zu 28 Tage dauern, bevor eine sogenannte Wanderröte sichtbar wird. Diese ringförmige Rötung um die Einstichstelle ist ein typisches Symptom einer Lyme-Borreliose. Auch in diesem Fall sollte ein Arzt kontaktiert werden.