



Russland-Reise zur WM: Vorsorge gegen Zecken

54, 74, 90, 2014 und vielleicht auch 2018? Die Fußball-WM in Russland steht bevor. Ganz Deutschland fiebert mit, jubelt und kickt. Doch auf dem Platz ist Vorsicht geboten, denn es wartet ein schwieriger Gegner: [die Zecke](#). Die Spinnentiere sind nicht nur in Deutschland, sondern auch in Russland vertreten. Das WM-Gastgeberland ist eines der größten [zusammenhängenden FSME-Risikogebiete](#) auf dem eurasischen Kontinent. Das [Auswärtige Amt](#) empfiehlt beispielsweise für Reisen in die Russische Föderation, die vom RKI empfohlenen Standardimpfungen zu überprüfen und gegebenenfalls aufzufrischen. Dazu zählt auch die FSME-Impfung. Daher gilt: Wer vor Ort WM schauen möchte, sollte sich über Reiseimpfungen informieren.



Mit der richtigen FSME- und Zeckenvorsorge können Spieler und Zuschauer das Fußballspiel sorgenfrei genießen. Bildquelle: www.zecken.de

Warum sind Zecken auch in Russland so gefährlich?

Zecken sind nur wenige Millimeter große Milben aus der Familie der Spinnen. Sie zählen zu den ältesten Parasiten der Welt. Dementsprechend gibt es Zecken fast [überall auf der Erde](#) – auch in Russland. Beim Stechen können Zecken gefährliche Krankheitserreger übertragen. Die bekanntesten sind Borreliose-Bakterien und das [Frühsommer-Meningoenzephalitis-\(FSME-\)Virus](#). Eine FSME erkennt man daran, dass sie mit grippeähnlichen Symptomen beginnt. Im Anschluss kann eine Entzündung der Hirnhaut und des zentralen Nervensystems folgen und mitunter schwere Langzeitfolgen wie dauerhafte Lähmungen, Schluck- und Sprechstörungen nach sich ziehen. Deshalb gilt es, Vorsorge gegen Zeckenstiche zu treffen.

FSME-Risikogebiete in Russland

Zwar liegen nur zwei der elf Spielstätten der WM in FSME-Risikogebieten: Kaliningrad und Sankt Petersburg. Doch kommen Zecken insbesondere in Waldgebieten in ganz Russland vor. Während in Sibirien vor allem die Taigazecke *Ixodes persulcatus* FSME-Viren übertragen kann, ist es in den westlichen Gebieten eher der [Gemeine Holzbock](#) *Ixodes ricinus*, der auch in Deutschland als Hauptüberträger gilt. Seit dem Frühjahr 2017 steht zudem die Auwaldzecke *Dermacentor reticulatus* als Überträger



des FSME-Virus fest. Wen eine FSME-Virusinfektion trifft, hängt nicht nur von der Zeckenart ab, sondern auch davon, ob die Zecke selbst mit FSME-Viren verseucht ist. FSME ist in Russland auch nur eine von mehreren Erkrankungen, die durch Zeckenstiche ausgelöst werden können. Hinzu kommt, dass in Russland alle [FSME-Virus-Subtypen](#) vorkommen, was eine erhebliche Bedeutung für die Schwere des Krankheitsverlaufs hat. In Deutschland hingegen ist lediglich ein FSME-Virustyp vertreten.

Wie kann ich mich in Russland vor Zecken schützen?

Wer vorbeugen möchte, sollte Zeckenstiche daher so gut es geht vermeiden, z. B. durch folgende [Vorsorgemaßnahmen](#): möglichst lange, helle Kleidung tragen, schützende Repellents auftragen sowie den Körper nach jeder Trainingseinheit oder einem Aufenthalt im Freien nach Zecken absuchen. Eine Impfung kann dazu beitragen, das Risiko einer FSME-Infektion nach einem Zeckenstich zu verringern, und gehört daher als wichtige Vorsorgemaßnahme mitgedacht. Dabei haben [Reisende](#), die Urlaub in einem FSME-Risikogebiet machen, eine gute Chance auf Übernahme der Impfkosten. Hier empfiehlt es sich, bei der eigenen Krankenkasse nachzufragen. Zudem verweist das [Centrum für Reisemedizin](#) auf eine Liste mit Krankenkassen und den Kosten für die Reiseschutzimpfungen, die übernommen werden.

Ablauf einer FSME-Impfung

Für einen mehrjährigen [Impfschutz](#) werden drei Impfungen in einem festgelegten Zeitraum über mehrere Monate benötigt. Mit dem Aufbau des Impfschutzes beginnt man idealerweise im Winter. Urlauber, die erst kurz vor ihrer Abreise an eine Impfung denken, können [kurzfristig innerhalb weniger Wochen](#) durch eine Schnellimmunisierung einen Impfschutz aufbauen. Auch der [DFB \(Deutscher Fußball-Bund\)](#) betont die Wichtigkeit einer FSME-Impfung und empfiehlt Fans und Journalisten, vor der Abreise einen Arzt aufzusuchen, um den eigenen Impfstatus der Standardimpfungen zu überprüfen und sich vorbeugend gegen FSME impfen zu lassen. Mit der richtigen Vorsorge steht dem Mitfiebers im Freien nun nichts mehr im Wege.

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



[leidenschaftnatur.de](#)

Auf der Suche nach #inspiration fürs Draußensein? Ob #draussenaktiv oder #draussenentspannen, unser Online-Magazin bietet eine Vielzahl von Infos für Naturfreunde – von Tipps für Jogginganfänger und Hundeliebhaber bis hin zu Übungen für Outdoorfitness und Extremsport.



[Instagram.com/heuteraus](#)

#heuteraus_ist Draußensein, Neues entdecken, Abenteuer erleben und Inspiration finden – folgen Sie uns direkt bei [Instagram](#).

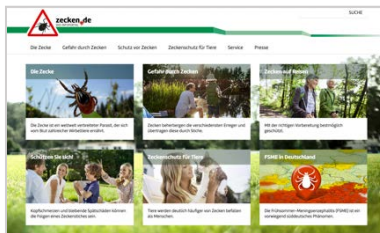


zecken.de



[Experten rund um Zecken und FSME](#)

Unsere Ansprechpartner sind Experten auf den Gebieten der Zeckenforschung, der Reisemedizin oder der Virologie. Gern vermitteln wir den [Kontakt für Interviewanfragen](#) und Statements.



[zecken.de](#)

Wissenswerte Fakten über die Zecke sowie weitere Infos rund um die Themen FSME und Zeckenschutz erfahren Sie [hier](#).



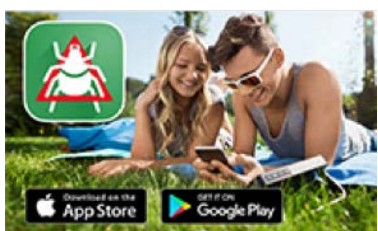
[facebook.com/zecken.de](#)

[Hier](#) können Sie Zecken gefahrlos liken – ganz ohne Stichgefahr. Und obendrauf gibt es immer die neusten Infos zu Zecken und, Vorsorge sowie Fakten über die Spinnentiere.



[zeckenschule.de](#)

Kinder sind von Natur aus mitten im Jagdrevier der Zecke unterwegs. Deshalb ist Vorsorge besser als Nachsorge. Kindgerecht erklärt, erfährt man viele Informationen rund um das Thema Zecke.



ZeckTag – die [App](#) für mobile Zeckenvorsorge

Alle, die sich gern draußen aufhalten, bewegen sich zwangsläufig im Jagdrevier der Zecke. Für sie gibt es jetzt ZeckTag, die App rund um das Thema Zecken. Einfach schnell [downloaden](#).