

## Zecken richtig entfernen

### Vorbeugung:

- Zecken befinden sich im Gras, im Unterholz oder in tiefen Büschen. Sie lassen sich abstreifen und stechen nach einiger Zeit den Träger.
- Bei der Gartenarbeit oder beim Durchstreifen des Waldes Beine und Arme bedecken, so dass Zecken nicht zur Haut gelangen.
- Wieder zu Hause: sich selber gut absuchen und mit einem Tuch gut abrubbeln, so kann man die Zecken vor dem Zustecken entfernen.
- Gefundene Zecken zerdrücken und entsorgen.

### Entfernen:

- Bei Zeckenbefall soll die Zecke möglichst rasch durch Fassen mit einer feinen Pinzette direkt über der Haut und kontinuierlichem Zug entfernt werden. Falls die Zecke nicht ganz bleibt, soll so viel wie möglich entfernt werden.
- Überflüssige Manipulationen wie z.B. Drehen, Aufbringen von Öl, etc. sind zu unterlassen. Der Zeckenkörper darf nicht gequetscht werden, da sonst infektiöses Sekret über den Speichel in den Organismus gelangen kann.
- Die Stichstelle und die Hände sollen nachher desinfiziert werden. In der Haut verbleibende Mundwerkzeuge müssen nicht rausoperiert werden, dies erhöht lediglich die Infektionsgefahr. Verbleibende Mundwerkzeuge werden binnen Tagen abgestossen.
- Das Datum des Stiches und die betroffene Körperstelle sollten notiert werden, so dass eine Selbstkontrolle möglich ist.

### Selbstkontrolle:

- Die Stichstelle soll während einer bis drei Wochen einmal täglich begutachtet werden. Sollte sich die Stelle röten, ist ein Arzt aufzusuchen.
- Auch sollte man grippeähnliche Symptome während dieser Zeit ernst nehmen.