

Zeckenalarm: Wie gefährlich sind Zeckenstiche?

Frühlingserwachen. Alles blüht auf und uns drängt es raus an die frische Luft. Doch in Wald und Wiese lauert eine unsichtbare Gefahr: Zecken. Diese winzigen Parasiten warten verborgen im Unterholz, Gebüsch oder hohen Gräsern auf Beute und können beim Menschen schwerwiegende Krankheiten wie die Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME) oder Borreliose verursachen.

Dr. med. Tobias Thiel, Facharzt für Allgemeinmedizin und Ärztlicher Leiter im Medizinischen Versorgungszentrum Dresden West von Helios Ambulant, erklärt wie wichtig es ist, über Zecken informiert zu sein und wie man sich vor Zeckenstichen und den Krankheiten, die sie übertragen, schützen kann.

Was muss man über Zecken wissen?

Zecken sind Überlebenskünstler, können bis zu einem Jahr ohne eine Blutmahlzeit auskommen und überdauern auch die kalte Winterzeit. Zecken beißen nicht. Sie stechen mit ihrem mit Widerhaken besetzten Stechrüssel (Hypostom). Ein Zecken-Weibchen produziert abhängig von der aufgenommenen Blutmenge durchschnittlich 2.000 Eier. Normalerweise sind sie von April bis November aktiv. Aufgrund der milden Winter begeben sich die kleinen Spinnentiere mittlerweile das ganze Jahr hindurch auf Wirtssuche. Die Zahl und Ausbreitung dieser blutsaugenden Parasiten hat in Deutschland in den letzten Jahren zugenommen. Und es kommen stetig Risikogebiete hinzu.

Zecken können auch von Haustieren wie Hunden oder Katzen auf den Menschen übergehen. In Deutschland gibt es allein über 10 Millionen Hunde, was das Potenzial für Zeckenstiche erhöht. Ein Zeckenstich ist kein Grund zur Panik, dennoch sollte man das Risiko einer Infektion ernstnehmen.

Was ist FSME und wie verläuft die Krankheit?

FSME ist ein Virus, das in der Regel durch den Stich einer infizierten Zecke übertragen wird. Die Erkrankung verläuft meist harmlos, kann aber auch Entzündungen im Gehirn, der Hirnhaut oder dem Rückenmark verursachen. Die

Erreger gelangen durch den Zeckenstich in die Blutbahn und lösen dort die Krankheit aus.

Wie verläuft die Krankheit?

Die FSME-Inkubationszeit beträgt in der Regel 7 bis 14 Tage und kann in seltenen Fällen bis zu 28 Tage andauern. Zumeist verläuft die Erkrankung symptomlos oder mild. Bis zu 30 % der Infizierten zeigen grippeähnliche Symptome, wie Fieber, Kopf- und Gliederschmerzen, Übelkeit und Schwindel. Nach der ersten Krankheitsphase tritt bei ungefähr 70 % der symptomatischen Patienten nach ca. einer Woche ein zweiter Krankheitsschub auf. FSME kann zu Gehirn-, Hirnhaut- oder Rückenmarksentzündungen führen. In schweren Fällen können Lähmungen in Armen und Beinen, Atemlähmungen und extreme Schläfrigkeit auftreten. Schwere Verläufe erfordern oft eine Krankenhausbehandlung, manchmal sogar auf der Intensivstation und können bleibende Schäden verursachen. Je älter die Betroffenen sind, desto häufiger treten Komplikationen auf. Nach Überstehen der Infektion besteht eine Immunität.

Ist FSME behandelbar und wie kann man sich schützen?

Für FSME gibt es keine spezifische Behandlung. Ist die Krankheit erst einmal ausgebrochen, helfen keine Medikamente. Auch ein seltener schwerer Verlauf kann nur symptomlindernd behandelt werden. Daher ist Prävention der Schlüssel. Eine Impfung wird dringend empfohlen, insbesondere für Personen in Risikogebieten oder solche, die viel Zeit im Freien verbringen wie Förster, Waldarbeiter oder Jäger. Die Impfung erfordert drei Dosen für eine wirksame Immunität, gefolgt von Auffrischungsimpfungen je nach Alter alle drei bis fünf Jahre. Ist man bereits infiziert, kann die Impfung den Ausbruch der Krankheit allerdings nicht mehr verhindern. In den mehr als 60 Hausarztpraxen in Deutschland von Helios Ambulant kann man sich beraten und impfen lassen.

Wie gefährlich ist Borreliose?

Borreliose ist die häufigste durch Zecken übertragene Erkrankung. Die gute Nachricht ist, dass diese bakterielle Infektionskrankheit mit Antibiotika gut behandelbar ist. Ohne frühzeitige Behandlung können im weiteren Verlauf allerdings schwerwiegende Symptome auftreten, die das Gehirn, die Nerven, das Herz oder die Gelenke betreffen und zu dauerhaften Schäden führen können. Dazu gehören Lähmungserscheinungen, Nervenschmerzen (Lyme-Neuroborreliose) und Herzmuskelentzündung (Lyme-Karditis). Daher ist es wichtig, eine Borreliose-Erkrankung zeitig zu erkennen und zu behandeln, um Komplikationen zu vermeiden. Tritt eine langsam zunehmende Rötung, eine sogenannte ‚Wanderröte‘

um die Stichstelle auf oder zeigen sich grippeähnliche Beschwerden wie Fieber, Kopf- und Gliederschmerzen, muss dies ärztlich abgeklärt werden.

Wie kann man sich vor Zeckenstichen schützen?

Bei Aktivitäten im Freien wie Joggen, Wandern oder bei der Gartenarbeit sollte festes Schuhwerk, lange Hosen und langärmelige Oberteile getragen werden. Auch Insekten-schutzmittel sind hilfreich. Je länger eine Zecke Blut saugt, umso höher ist die Gefahr, dass Krankheitserreger übertragen werden. Deshalb ist unmittelbar nach dem Ausflug in der Natur ein gründlicher Körper- und Kleidungs-Check ratsam. Zecken bevorzugen warme und dünne Hautstellen wie die Kniekehlen, Achselhöhlen sowie den Genitalbereich. Bei Kindern sind außerdem häufig Kopf, Haaransatz und Nacken betroffen. Wenn eine Zecke gefunden wird, sollte sie sofort vorsichtig entfernt und die Einstichstelle desinfiziert werden, um das Risiko einer Infektion zu reduzieren. Wenn sich die betroffene Hautregion entzündet oder eine Wanderröte entsteht, sollte am besten eine hausärztliche Praxis aufgesucht werden.



BU: Die Zeckensaison hat begonnen. Mit den steigenden Temperaturen werden die Parasiten zunehmend aktiver.

Bildrechte: Adobe Stock

Helios ist Europas führender privater Gesundheitsdienstleister mit 127.000 Mitarbeitenden. Zum Unternehmen gehören unter dem Dach der Holding Helios Health die Helios Gruppe in Deutschland sowie Quirónsalud in Spanien und Lateinamerika. Rund 26 Millionen Menschen entscheiden sich jährlich für eine medizinische Behandlung bei Helios. 2023 erzielte das Unternehmen einen Gesamtumsatz von mehr als 12 Milliarden Euro.

In Deutschland verfügt Helios über mehr als 80 Kliniken, rund 230 Medizinische Versorgungszentren (MVZ) mit etwa 600 kassenärztlichen Sitzen, sechs Präventionszentren und 27 arbeitsmedizinische Zentren. Jährlich werden in Deutschland rund 5,5 Millionen Menschen behandelt, davon mehr als 4 Millionen ambulant. Helios setzt seit seiner Gründung auf messbare, hohe medizinische Qualität sowie Transparenz der Daten und ist bei 88 Prozent der Qualitätsziele besser als der bundesweite Durchschnitt. In Deutschland beschäftigt Helios rund 78.000 Mitarbeitende und erwirtschaftete 2023 einen Umsatz von rund 7,3 Milliarden Euro. Sitz der Unternehmenszentrale ist Berlin.

Quirónsalud betreibt 58 Kliniken, davon acht in Lateinamerika, über 100 ambulante Gesundheitszentren sowie rund 300 Einrichtungen für betriebliches Gesundheitsmanagement. Jährlich werden hier rund 20 Millionen Patient:innen behandelt, davon mehr als 19 Millionen ambulant. Quirónsalud beschäftigt 49.000 Mitarbeitende und erwirtschaftete 2023 einen Umsatz von rund 4,8 Milliarden Euro.

Helios gehört zum Gesundheitskonzern Fresenius.

Pressekontakt:

Annette Kary

Referentin Unternehmenskommunikation & Marketing

Tel: +49 175 98 31 564

E-Mail: annette.kary@helios-gesundheit.de