

● SCHWERPUNKTTHEMA: Zeckenbiss und Zeckenimpfung

Das Bundesamt für Gesundheit (BAG) hat jüngst zu einer grossen Impfkaktion gegen Zeckenbisse aufgerufen. Die Zeckenimpfung stösst speziell bei Freiluftsportlern auf ein grosses Echo und viele haben sich impfen lassen. Doch gegen was schützt die Impfung genau? Und muss man sich nach einer Impfung keine Sorgen mehr machen wegen Zeckenbissen?

Die Zahl der Zecken, bedingt durch den warmen Winter, hat enorm zugenommen. Und auch das Verbreitungsgebiet der Zecken, welche das Frühsommermeningoenzephalitisvirus (FSME) übertragen, vergrössert sich dauernd. Deshalb hat das BAG zu einer grossen Impfkaktion aufgerufen. Viele, vor allem Läufer, haben sich daraufhin tatsächlich impfen lassen. Die Zecken können leider auch noch weitere Krankheiten übertragen, gegen die es keine Impfung gibt, z. B. die Borreliose. Sie ist aber behandelbar, vorausgesetzt man denkt daran.

Wie kommt es zu einem Zeckenbiss?

Die Zecke, auch Holzbock genannt, gehört zu den Spinnentieren. Sie durchläuft eine lange Entwicklung: Die Larve saugt im Frühling ein erstes Mal Blut, im Allgemeinen an kleinen Tieren wie Mäusen (auch sie haben sich enorm vermehrt). Bereits jetzt kann die Larve Krankheitserreger abgeben oder von ihrem Wirt aufnehmen. Nach dieser ersten Mahlzeit durchläuft sie eine Metamorphose und wird zur Nymphe. Erst zwei Jahre später saugt sie zum zweiten Mal, worauf sie endlich zur erwachsenen Zecke wird. Sie hält sich im Unterholz auf, wo sie von einem weiteren Wirt abgestreift wird, meist einem Waldtier. Sie fällt also nicht von den Bäumen und springt auch niemanden an, sie hat nämlich gar keine Augen. Auf dem Wirt angekommen, krabbeln das winzige Wesen – es ist kleiner als ein Stecknadelkopf – mit seinen vier Beinpaaren zu einer weichen Stelle, zum Beispiel Achselhöhle, Leiste, Hals oder Gesässfalte. Dann sticht oder beisst es kaum merklich zu. Erst nach 1–2 Tagen saugt die Zecke Blut und fällt dann 2–3 mm gross nach 72–96 Stunden einfach wieder ab. Rund die Hälfte der Zeckenbisse werden gar nie bemerkt. Oberhalb von 1200 m über Meer muss nicht mit Zecken gerechnet werden.

Was ist gefährlich an einem Zeckenbiss?

Zecken saugen nicht nur, sie übertragen auch bis zu 30 verschiedene Krankheiten. Die zwei bekanntesten sind die Frühsommermeningoenzephalitis (FSME) und die Borreliose. Die Verbreitung des FSME-Virus nimmt stetig zu und damit auch die Zahl der Krankheitsfälle. Zwar sind nur wenige Prozent der Zecken infiziert, die Übertragung findet jedoch sofort nach dem Stich statt. Rund eine Woche später kommt es zu grippeartigen Beschwerden wie Fieber, Glieder- und Kopfschmerzen. Diese Symptome klingen nach wenigen Tagen ab. Bei einigen Patienten bleibt es dabei. Bei etwa 5–10% der Befallenen kommt es jedoch nach ein paar weiteren Tagen zu einer zweiten Phase mit hohem Fieber, heftigsten Kopfschmerzen, manchmal gar Lähmungserscheinungen und Bewusstseinsstörungen. Etwa die Hälfte der so Betroffenen erholt sich nie mehr ganz und 1–2% sterben sogar. Je älter der Patient, desto schwerer verläuft die Krankheit. Die Diagnose kann zwar im Labor auf einfache Art gesichert werden, eine Behandlung gibt es aber nicht. Jedoch eine sehr effiziente Impfung. Es braucht dazu drei Injektionen, diese sollten am besten in den Wintermonaten durchgeführt werden. Eine Auffrischimpfung ist erst nach 10 Jahren nötig. Wer einmal eine FSME durchgemacht hat, bleibt lebenslang immun.

Das Borreliose-Bakterium ist überall in der Schweiz verbreitet. Nicht alle Zecken sind Träger, zudem findet nicht von jeder infizierten Zecke auch wirklich eine Übertragung auf den Menschen statt und wenn, dann erst im Verlauf des Saugaktes. Eine möglichst rasche Entfernung der Zecke kann also vor der Krankheit schützen. Kommt es jedoch zur Infektion, tritt nach einigen Tagen um die Einstichstelle eine Rötung auf, welche nach aussen wandert und zu einem Ring wird. Grippeartige Symptome kommen oft dazu. Allerdings gilt auch hier wieder, dass etwa nur jede zehnte

von einer infizierten Zecke gebissene Person Symptome entwickelt und bei vielen ist die Krankheit mit dem Stadium I auch erledigt.

Nach Wochen bis Monaten können jedoch Muskel- und Gelenkschmerzen sowie eine Schwellung auftreten. Als spezieller Muskel kann auch das Herz befallen werden, was vor allem Rhythmusstörungen zur Folge hat. In ihrem zweiten Stadium kann auch die Borreliose das Nervensystem befallen, eine Hirnhautentzündung, Lähmungen und starke Kopfschmerzen verursachen. Chronische Hautkrankheiten sind ebenfalls möglich. Generell fühlt sich der Kranke miserabel.

Falls die Symptome von Stadium II nicht ausheilen, spricht man von Stadium III, dieses ist chronisch und nicht mehr durch Medikamente zu beeinflussen. Daher ist eine Behandlung so früh wie möglich entscheidend, am besten im Stadium I, also wenige Tage nach dem Zeckenstich (Doxycyclin, ein Antibiotikum, über 10 Tage 2x100 mg pro Tag genügt im Allgemeinen zur Heilung). Bei der Diagnosestellung muss man sich weitgehend auf die klinischen Zeichen verlassen, die Laborwerte sind im Frühstadium negativ und im weiteren Verlauf unzuverlässig. Ein positiver Befund sagt nur aus, dass einmal ein Kontakt mit Borrelien stattgefunden hat, jedoch nichts über die Phase, in der sich die Krankheit befindet.

Nach durchgemachter Borreliose kann leider nicht mit einer Dauerimmunität gerechnet werden.

Wie kann man sich schützen?

Angesichts der Gefahr einer so schweren Erkrankung ist Vorbeugen am besten. Die OL-Läufer machen es vor: Lange Kleider aus möglichst hellem, fein gewobenem Stoff, hohe Schuhe, Hosen eng anliegend und in die Socken gestopft. Und die nackte Haut mit Mückenschutzmittel einreiben. Beim Duschen sorgfältig den ganzen Körper reinigen und vor allem die erwähnten weichen Körperpartien absuchen. Wird eine festgesaugte Zecke entdeckt, soll sie so rasch wie möglich entfernt werden. Mit einer Pinzette das Tier möglichst hautnah fassen und gerade herausziehen. Es macht nichts, wenn der Kopf drin bleibt, er stirbt und fällt von selber heraus. Das «Vorbehandeln» der Zecke mit Öl oder Ähnlichem führt zu vermehrtem Speichelfluss und sollte unbedingt unterlassen werden. In der Folge ist auf Krankheitssymptome zu achten und bei deren Auftreten ist sofort ein Arzt aufzusuchen.

Und natürlich gegen die FSME impfen! Wer die ideale Zeit im Winter verpasst hat, kann sich für dieses Jahr immer noch einen sicheren Schutz erwerben mittels eines Schnellimpfschemas innerhalb dreier Wochen. Im nächsten Frühling muss eine Auffrischimpfung erfolgen.

DR. MED. HANNABETH BRÜHLMANN,
SPORTCLINIC ZÜRICH



FOTO: KEYSTONE

Kleines Ding mit grosser Wirkung: Ein Zeckenbiss kann fatale Folgen haben.