Zecken-Hirnhautentzündung

kann mit der FSME-Impfung verhindert werden.

Für Kinder und Erwachsene.

Mit Checkliste FSME-Risiko

Frühlingszeit-Zeckenzeit

Zecken kommen weltweit vor. In Europa und Asien sind sie Träger des FSME-Virus. 90% der in Europa lebenden Zecken gehören der Art Ixodes Ricinus an, im Volksmund «Holzböcke» genannt. In der Schweiz sind Regionen der Kantone Aargau, Baselland, Bern, Fribourg, Graubünden, Luzern, Nidwalden, Obwalden, Schaffhausen, Solothurn, St. Gallen, Thurgau, Uri, Waadt, Zug, Zürich und Fürstentum Liechtenstein als FSME-Endemiegebiete deklariert. Die Zahl der FSME-Risikogebiete nimmt kontinuierlich zu. In den letzten Jahren sind dem Bundesamt für Gesundheit (BAG) zwischen 109 bis 246 Fälle pro Jahr gemeldet worden.

Wo leben Zecken?

Zecken leben in Bodennähe. Sie «lauern» auf Gräsern, Büschen und Sträuchern bis zu einer Höhe von 1.5 m. Wir streifen Zecken beim Vorbeigehen ab. Die Hauptaktivität der Zecken dauert vom Frühjahr bis Spätherbst.

Wieso können Zecken für den Menschen gefährlich sein?

Beim Blutsaugen können Zecken verschiedene Krankheitserreger übertragen. Ein kurzer Stich der Zecke genügt, um mit den Erregern infiziert zu werden. Der Zeckenstich bleibt oft unbemerkt, da der Speichel der Zecke betäubende Substanzen enthält. Die zwei wichtigsten Krankheiten, die in Europa durch Zecken übertragen werden, sind die **FSME (Frühsommer-Meningoenzephalitis,** auch **Zecken-Hirnhautentzündung** genannt), eine Form der Hirnhautentzündung, die durch das FSME-Virus ausgelöst wird, sowie die **Lyme-Borreliose,** eine bakterielle Erkrankung.

Woran erkenne ich eine Erkrankung?
Die FSME-Erkrankung beginnt häufig wie eine Grippe mit Fieber, Kopf- und Gliederschmerzen.

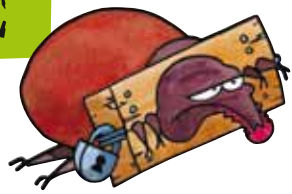
Wie sieht der weitere Krankheitsverlauf aus?
Die FSME-Infektion kann eine Entzündung der Hirnhäute, des Gehirns, der Nerven und des Rückenmarkes auslösen. Schwere Verläufe der FSME führen in 10–20 % zu Lähmungen und bleibenden Schäden. 2 % der Erkrankungsfälle verlaufen tödlich.

In den letzten Jahren wurde in der Schweiz fast jeden 2. Tag ein Mensch mit FSME infiziert!*

* BAG Bulletin 1/2/3/09

Entwicklungsstadien der Zecken

Schutz vor FSME



Wie entferne ich eine Zecke?

Möglichst schnell! Fassen Sie die Zecke mittels einer Pinzette, Zeckenzange oder mit den Fingernägeln nahe der Einstichstelle und ziehen Sie diese langsam nach oben hinaus. Die Stichstelle danach desinfizieren.

Bin ich gefährdet?

Das Risiko einer FSME-Erkrankung ist nicht nur auf beruflich gefährdete Personen wie Förster, Jäger, Militär, Wald- und Landarbeiter beschränkt. **Freizeitaktivitäten sind die bei weitem häufigste Ursache für eine FSME-Erkrankung.** 80 % der an FSME erkrankten Personen infizieren sich beim Joggen, Wandern, Radfahren, Reiten, Golfen, Angeln, Schwimmen, Picknicken, Zelten, Arbeiten oder Spielen im Garten, Hund ausführen...

Wie schütze ich mich vor Zecken?

- Einen gewissen Schutz vor Zeckenstichen bietet geschlossene Kleidung.
- Insektenabweisende Mittel verleihen einen vorübergehenden Schutz.
- Meiden Sie hohes Gras, Gebüsch und Unterholz.
- Suchen Sie nach einem Aufenthalt in der Natur Ihren Körper immer gründlich nach Zecken ab.

Die FSME-Impfung bietet einen sicheren Schutz vor einer FSME-Erkrankung! Da die FSME-Erkrankung nicht behandelt werden kann, kommt der Impfung eine besondere Bedeutung zu. Das FSME-Virus kann sofort nach dem Zeckenstich übertragen werden. Die Entfernung der Zecke bietet deshalb keinen Schutz vor der FSME.
Nur die FSME-Impfung kann vor der Erkrankung schützen!

80% der an FSME Erkrankten infizieren sich bei Freizeitaktivitäten.

Verbreitungsgebiete der FSME in der Schweiz

FSME-Risiko in der Schweiz

Mit dem FSME-Virus infizierte Zecken treten hauptsächlich in den sogenannten Endemiegebieten (Naturherden) auf. Die FSME-Karte des Bundesamtes für Gesundheit (BAG) führt solche Endemiegebiete auf.

FSME-Regionen in der Schweiz Die Liste ist nicht vollständig! Die aufgeführten Orte umschreiben nur grob die auf der Karte dargestellten Endemiegebiete.

Aargau: Rheinfelden/Möhlin/Wallbach, Bezirk Laufenburg, Koblenz/ Döttingen/Zurzach, Birr/Brugg/Würenlingen, Baden/Wettingen, Rothrist /Zofingen/ Brittnau, Gontenschwil/Schöftland/Muhen/ Gränichen **Baselland:** Liesberg **Bern:** Gampelen/Erlach, Grosses Moos, Lyss/Jens/Port, Moutier, Vallon de Saint-Imier, Mühleberg/ Gurbrü/Kriechenwil/Laupen, Belp/Münsingen/Steffisburg, Thun/ Spiez/Frutigen, Erlenbach/vorderes Simmental **Fribourg:** Salvenach/ Ulmiz/Kerzers, Portalban/Autavaux, Franex/Nuvilly/Villeneuve **Graubünden:** Malans/Fläsch/Luziensteig, Grüsch/Seewis, Region Chur **Luzern:** Reiden/Langnau/Dagmersellen/Nebikon/Egolzwil/ Kottwil/Sursee/Knutwil **Nidwalden:** Stans/Buochs/Bürgenstock, Stanserhorn **Obwalden:** Kerns/Stanserhorn **Schaffhausen:** Hallau, Osterfingen, Neuhausen/Beringen/Schaffhausen, Stein am Rhein, Bezirk Reiat **Solothurn:** Bellach/Lommiswil/Langendorf, Oensingen **St. Gallen:** Wil, Jonschwil/Zuzwil/Niederhelfenschwil, Mörschwil, St.Margrethen/Balgach, Jona/Wagen, Mels/Sargans/Vilters **Thurgau:** ganzer Kanton **Uri:** Unteres Reusstal, Seelisberg **Waadt:** Cudrefin/Salavaux/Chabrey, plaine de l'Orbe und Umgebung (Jurasüdfuss) **Zug:** Steinhausen **Zürich:** Ganzer Kanton **Fürst. Liechtenstein:** Balzers/Vaduz/Nendeln

Verbreitungsgebiete der FSME in Europa

Quelle: Angaben aus den einzelnen Ländern und der WHO, Stand 2008. Basemap Hölzel Verlag

FSME-Risiko in Europa

Zecken kommen weltweit vor. In Europa und in Asien sind sie Träger des FSME-Virus. Die Zeckengebiete in Europa konzentrieren sich auf folgende Länder:

- Albanien
- Bulgarien
- Dänemark
- Deutschland
- Estland
- Finnland
- Frankreich
- Griechenland
- Italien
- Kroatien
- Lettland
- Litauen
- Norwegen
- Österreich
- Polen
- Rumänien
- Russland
- Schweden
- Schweiz
- Serbien
- Slowakei
- Slowenien
- Tschechische Republik
- Ukraine
- Ungarn
- Weissrussland

FSME-Impfung

Empfehlungen des Bundesamtes für Gesundheit (BAG) zur FSME-Impfung

Das Bundesamt für Gesundheit (BAG) empfiehlt die FSME-Impfung allen Erwachsenen und Kindern (im Allgemeinen ab 6 Jahren), die in einem Risikogebiet wohnen oder sich zeitweise dort aufhalten. Die Kosten für die FSME-Impfung werden gemäss den BAG-Empfehlungen durch die obligatorische Grundversicherung vergütet.

Wie lasse ich mich gegen FSME impfen?

Für einen vollständigen Impfschutz brauchen Sie insgesamt 3 Teilimpfungen. Lassen Sie sich in der kalten Jahreszeit mit der 1. und 2. Teilimpfung impfen, damit Sie zu Beginn der saisonalen Zeckenaktivität im Frühjahr bereits geschützt sind. Ist dies nicht möglich, kann vor allem in der warmen Jahreszeit, wenn ein rascher Impfschutz erforderlich ist, ein Schnellimpfschema angewendet werden. Die 3. Teilimpfung sichert einen Langzeitschutz für mehrere Jahre. Danach ist eine Auffrischimpfung notwendig. Es gibt eine Kinder- sowie eine Erwachsenendosierung des Impfstoffes.

Wie gut ist die FSME-Impfung verträglich?

Die FSME-Impfung ist bei Kindern und Erwachsenen gut verträglich. Zu den möglichen Impfreaktionen gehören leichte Rötung und Schwellung an der Injektionsstelle oder erhöhte Temperatur, die innerhalb von wenigen Tagen abklingen.

Schutz für Kinder und Erwachsene.

Lyme – Borreliose

Borreliose: Eine ringförmige Rötung um die Einstichstelle kann ein Anzeichen sein. Sollten Sie eine solche Rötung erkennen, suchen Sie bitte umgehend Ihren Arzt auf.

Wanderröte

Eine Impfung gegen Borreliose gibt es nicht.
Die Borrelien werden erst ca. 12–24 Stunden nach erfolgtem Stich übertragen. Schnelles Entfernen der Zecke hilft daher, eine Borreliose zu verhindern. Tritt dennoch eine Erkrankung auf, ist sie mit Antibiotika behandelbar.

Checkliste zur FSME-Impfung

A) Geografisches Risiko

1) Wohnen Sie in einem Risikogebiet in der Schweiz oder im Ausland?
   - ☐ Ja
   - ☐ Nein

2) Reisen Sie in einem Risikogebiet in der Schweiz oder Ausland?
   - ☐ Ja
   - ☐ Nein

3) Planen Sie eine Reise in einem Risikogebiet in der Schweiz oder im Ausland (z.B. für Ferien, Arbeit, Besuch)?
   - ☐ Ja
   - ☐ Nein

B) Expositionsrisiko

1) Treiben Sie Sport in der Natur (z.B. Wandern, Joggen, Orientierungslauf, Radfahren, Reiten, Golfen, Angeln, Pilze suchen)?
   - ☐ Ja
   - ☐ Nein

2) Gehen Sie sonstigen Aktivitäten in der Natur nach (z.B. Picknicken, Schulreisen, Campieren, Pfadilager, Hund ausführen, Arbeiten und Spielen im Garten)?
   - ☐ Ja
   - ☐ Nein

3) Arbeiten Sie in der Natur (z.B. Förster, Jäger, Militär, Wald und Landarbeiter, Wildhüter, Gärtner, Landwirt)?
   - ☐ Ja
   - ☐ Nein

Wenn Sie in der Checkliste bei beiden Rubriken A und B **mindestens eine Frage mit Ja beantwortet haben,** sind Sie einem FSME-Risiko ausgesetzt. Besprechen Sie mit Ihrem Arzt die Massnahmen (Bekleidung, FSME-Impfung, etc.), mit welchen Sie sich gegen Zeckenbisse und FSME schützen können. Bei Fragen wenden Sie sich an das Praxisteam.

Aktuelle Informationen zum Thema Zecken können Sie im Internet abrufen unter:

www.zecke.ch
www.zecken.ch
www.baxter.ch
www.bag.admin.ch

Simone Niggli-Luder,
mehrfache Weltmeisterin
im Orientierungslauf

«Da ich viel draussen in der Natur bin, habe ich mich gegen Zecken-Hirnhautentzündung (FSME) geimpft. Und Sie?»

FSME-Gratisnummer
0800 820 870

www.zecke.ch
www.baxter.ch

LiZ

Baxter

Baxter AG Müllerenstrasse 3 CH-8604 Volketswil

Diese Broschüre wird von der Liga für Zeckenkranke empfohlen

UD Print AG

VAC 419 09 D 01/10