

Empfehlung der Pfadi Aargau im Umgang mit Zecken

Pfadiaktivitäten finden zu einem grossen Teil in der Natur statt. In Wäldern, auf Wiesen, in buschigem Gelände und fernab von Strassen und Wohnquartieren - die Natur bietet Raum für tolle Erlebnisse, ist aber auch der bevorzugte Lebensraum von Zecken. Damit Pfadis nicht davon abgehalten werden, sich draussen aufzuhalten und Erfahrungen in und mit ihrer Umwelt zu machen, sollten einige einfache Massnahmen beachtet werden, welche den Stich von Zecken und den damit verbundenen gesundheitlichen Konsequenzen vorbeugen.

MAIN, Team Prävention der Pfadi Aargau,
Januar 2019, Version 1

Die Zecke ist ein 0.5 bis 6 mm grosses Spinnentier, das in verschiedenen Arten in der ganzen Schweiz vorkommt. Zecken durchlaufen drei Lebenszyklen, wobei für die Entwicklung von einem Stadium zum nächsten jeweils eine Blutmahlzeit nötig ist. Dafür befallen sie vorbeistreifende Tiere oder Menschen und stechen sich in Kniekehlen, in der Schamgegend, in den Achselhöhlen, an der Kopfhaut und an weiteren, bevorzugt durch Schweiss befeuchteten, warmen und dunklen Körperstellen fest. Der Stich der Zecke ist schmerzlos und bleibt deshalb meist unbemerkt. Wenn die Zecke die oberste Hautschicht durchdringen kann und den Zugang zur Blutzirkulation erlangt, saugt sie während mehrerer Tage Blut. Zecken leben vor allem im Unterholz, an Waldrändern, auf Waldlichtungen, in Hecken von Laub- und Mischwäldern mit üppigen Gräsern, Sträuchern und Büschen sowie im hohen Gras- und Buschland. Sie kann vom Boden aus auf Pflanzen bis ca. 1.5 Meter Höhe aufsteigen. Um zu überleben benötigen Zecken Wärme, Feuchtigkeit und Temperaturen ab ca. 8° Celsius.

Der Zeckenstich selbst ist nicht mit gesundheitlichen Risiken verbunden. Zecken können allerdings Träger unterschiedlicher Erreger sein und sie können diese durch den Stich an den Wirt weitergeben. Diese Infektion kann den Wirt krank machen und stellt potentiell ein grosses gesundheitliches Risiko dar. Zwei Beispiele für von Zecken übertragenen Infektionskrankheiten sind die Lyme-Borreliose (eine bakterielle Erkrankung) und die Frühsommer-Meningoenzephalitis, kurz FSME (eine virale Erkrankung).

Empfehlung der Pfadi Aargau

Jede Pfadigruppe sollte sich mit der Thematik auseinandersetzen und sich im Team auf Massnahmen im Umgang mit Zecken einigen. Die Verantwortung, welche Informationen den Eltern weitergegeben werden und welche Regeln in der Natur umgesetzt werden, liegt bei der jeweiligen Pfadigruppe. Manchmal ist ein Abwägen der Verhältnismässigkeiten (z.B. lange Kleider vs. Hitze) nötig; dabei sollte allerdings nicht vergessen werden, dass mit einfachen Mitteln eine potentiell lebensbedrohliche Krankheit verhindert werden kann.

Informiert die Eltern im Voraus, wie ihr im Falle eines Zeckenstichs handelt. (Wer entfernt die Zecke, wie entfernt ihr die Zecke?) Wenn Eltern (oder Kinder) nicht wollen, dass Leitende die Entfernung vornehmen, sollen sie die Möglichkeit haben, dies zu sagen. Ein transparentes Vorgehen von eurer Seite aus beugt Missverständnissen vor.

Wenn es zu einem Zeckenstich kommt, muss die Zecke möglichst schnell entfernt werden. Bei der Entfernung empfehlen wir euch folgendes Vorgehen:

1. Eine gleichgeschlechtliche Leitungsperson entfernt die Zecke. Eine weitere Leitungsperson ist im selben Zelt, im selben Raum oder in der Nähe (wenn die Entfernung draussen geschieht).
2. Die Zecke soll direkt über der Haut mit einer feinen Pinzette gefasst werden und in einem kontinuierlichem, vorsichtigen Zug herausgezogen werden. Früher angewandte Methoden die Zecke abzutöten (Beträufeln mit Öl oder Leim, Ausbrennen der Zecke) sind nicht empfohlen.
3. Man soll kontrollieren, ob die ganze Zecke entfernt wurde. Es ist allerdings nicht schlimm, wenn ein Teil der Zecke stecken bleibt, da der Fremdkörper vom Organismus selbst herausgearbeitet wird.
4. Nach dem Entfernen der Zecke sollte die Einstichstelle desinfiziert werden.
5. Nach jedem Stich sollte eine Dokumentation erstellt werden, welche nach dem Lager den Eltern übergeben werden kann. (Man kann zusätzlich mit einem Stift den Stich auf der Haut umkreisen, um ihn zu kennzeichnen.) Es ist empfohlen, stets genügend Zeckenprotokolle (Männlich / Weiblich) dabei zu haben.
6. Während der darauffolgenden Zeit bis einige Wochen nach dem Stich sollte man aufmerksam bleiben. Es muss ein Arzt oder eine Ärztin aufgesucht werden, wenn der betroffene Teilnehmende an der Stichstelle eine Hautrötung entwickelt oder an Schwindel, grippeartige Beschwerden, Gelenk-, Kopfschmerzen und / oder Übelkeit leidet.

Ein Zeckenstich entspricht gemäss Rechtsprechung einem Unfallereignis. Besteht eine Unfallversicherung, ist der Zeckenstich der Versicherung zu melden, falls ein Arzt oder eine Ärztin aufgesucht wird.

Die Pfadi Aargau empfiehlt die folgenden Punkte zu beachten, um den Zeckenstich zu vermeiden:

- Elterninformation Kleidung: Kleider, welche die Beine und Arme abdecken, sowie geschlossene Schuhe und lange Socken (über die Hosen gezogen) erschweren es den Zecken auf die Haut zu gelangen. Helle Kleidung ermöglicht es, die Zecken auf der Kleidung zu entdecken und zu entfernen.**
- Absuchen: Das Leitungsteam soll die Teilnehmenden darauf hinweisen, dass sie sich abends nach Zecken absuchen.**
- Impfung: Die FSME-Impfung wird von der Krankenkasse übernommen (siehe Empfehlung FSME-Impfung Pfadi Aargau).**
- Zeckenspray: Besprühen der Kleidung, Schuhe und Körperteile, die in Berührung mit Gras und Gebüsch kommen, mit einem Anti-Zeckenspray wirkt nur bedingt und verliert ca. nach 2 Stunden die Wirkung.**

Ausgewählte Informationskontaktstellen

<http://www.zecken.ch/>

<http://www.zeckenliga.ch/>

<https://zecken-stich.ch/zecken/>

Zecken! Was tun? Eine App hilft.

Die App der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften hilft, sich vor Zeckenstichen zu schützen oder nach einem Zeckenstich richtig zu handeln. Verfügbar für iOS und Android.

Für weitere Fragen: main@pfadiaargau.ch