



Waarom deze voorlichting van het Bosschap?

De ziekte van Lyme komt steeds vaker voor. Vooral wie veel in het groen is, loopt risico. Iedereen die werkzaam is in het groen zou dan ook goed moeten weten hoe hij de ziekte kan voorkomen.

Daarom biedt de commissie arbeidsomstandigheden van het Bosschap u deze Voorlichting 'Teken en Lyme' aan, speciaal ontwikkeld voor de Bos en Natuursector. Deze geeft u de juiste handvatten om zelf een voorlichting over teken en de ziekte van Lyme te organiseren voor uw medewerkers.

Op de website van het Bosschap staan drie presentaties in pdf:

een uitgebreide versie met quiz (A) – 41 sheets ± 45 minuten

een uitgebreide versie zonder quiz (B) – 34 sheets ± 30 minuten

een beknopte versie (C) – 25 sheets ± 20 minuten

Zo kunt u de presentatie kiezen die het beste bij u past. In de presentatie staat bij iedere sheet aangegeven wat u erbij kunt vertellen.

De powerpoint versie is voor aangeslotenen van het Bosschap gratis te verkrijgen via algemeen@bosschap.nl. Deze powerpoint presentaties zijn tot stand gekomen met subsidie van Colland Arbeidsmarktbeleid.

Het Bosschap heeft ook een folder teken en de ziekte van Lyme.

In de folder van het Bosschap staat de belangrijkste informatie in het kort nog eens samengevat. Op de website van het Bosschap (onder downloads) staat ook een printbare versie van deze folder.

Tekenverwijderaar van het Bosschap. Mocht u een teek aantreffen, dan biedt de tekenverwijderaar uitkomst. Zorg dat u er een bij u hebt en of weet dat deze in de EHBO doos zit. Voor aangeslotenen van het Bosschap is een gratis exemplaar op te vragen via algemeen@bosschap.nl.

Wilt u meer achtergrondinformatie? Op de website van het Bosschap staan ook de resultaten van het onderzoek 'Teken, tekenbeten en de ziekte van Lyme in de Bos en Natuursector'. Ook kunt u terecht op de website www.weekvandeteek.nl.

De commissie arbeidsomstandigheden van het Bosschap wenst u en uw medewerkers een goede voorlichting!

De bestanden op de website zijn met grote zorg samengesteld door Stigas met hulp van de commissie arbeidsomstandigheden. Stigas en de commissie arbeidsomstandigheden van het Bosschap kunnen niet aansprakelijk worden gesteld voor de inhoud van deze informatie of de gevolgen van het gebruik daarvan. Foto's, afbeeldingen en teksten zijn eigendom van Stigas, Bosschap, Wageningen University & Research Centre, RIVM, Natuurkalender en de KNJV. Het is niet toegestaan om deze foto's, afbeeldingen en teksten anders dan voorlichtingsdoeleinden te gebruiken. Vermenigvuldigen, kopiëren of verspreiden van foto's, afbeeldingen en teksten voor commerciële doeleinden mag niet zonder voorafgaande schriftelijke toestemming



Inhoud

1. Quiz
2. Teken en de ziekte van Lyme
3. Ervaringen en onderzoek in de sector
4. Relatie met het werk
5. Preventie



De Lyme-quiz

Wat weet u al over teken en Lyme?




Vraag 1

Welke uitspraak is fout?

- Dieren spelen een belangrijke rol bij de verspreiding van de ziekte van Lyme.
- Teken springen uit een boom.
- Teken die besmet zijn met de Borreliabacterie zijn actiever.



Antwoord vraag 1

Welke uitspraak is fout?

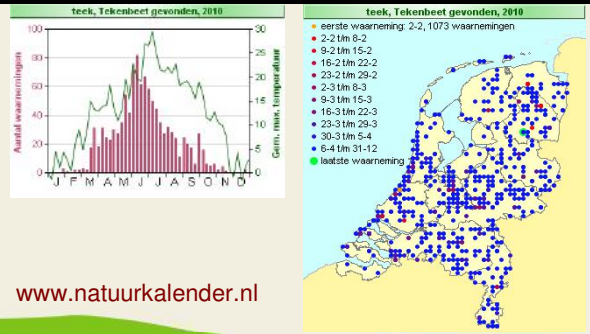
- Dieren spelen een belangrijke rol bij de verspreiding van de ziekte van Lyme.
- **Teken springen uit een boom.**
- Teken die besmet zijn met de Borreliabacterie zijn actiever.




Vraag 2

In welke maanden is de kans op een tekenbeet het grootst?

Antwoord vraag 2



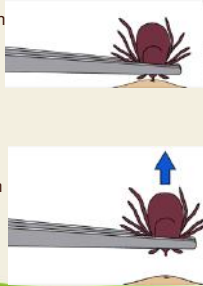
Vraag 3

U bent gebeten door een teek.
Wat doet u? Noem alle stappen.

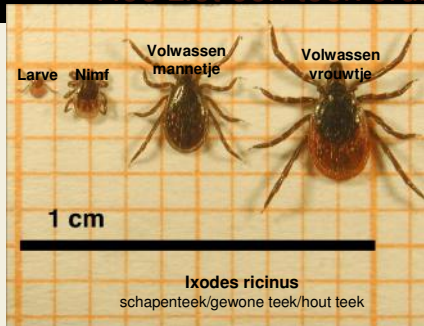


Antwoord vraag 3

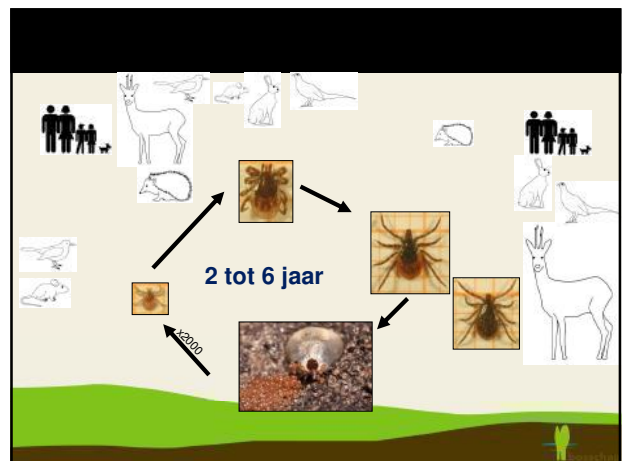
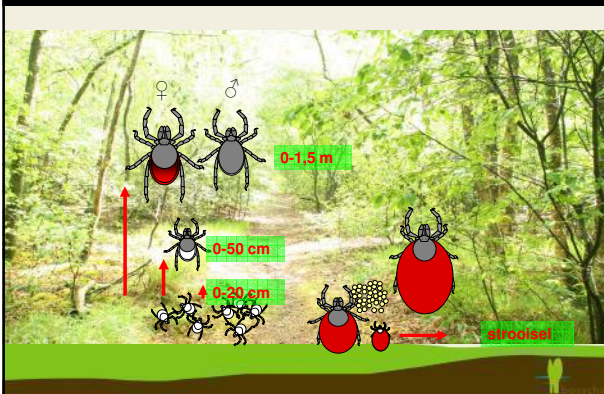
- Verwijder zo snel mogelijk!
- De teek mag niet van te voren 'bewerkt' worden
- Trek de teek bij de kop zo dicht mogelijk bij de huid eruit.
- Gebruik een tekenverwijderaar.
- Desinfecteer het bijtondje na verwijdering van de teek met alcohol 70% of met jodium.



Hoe ziet een teek eruit?



Waar komt de teek voor?



De teek op jacht

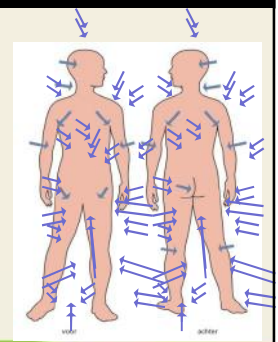


- Lichaamswarmte
- Kooldioxide
- Geur
- Beweging

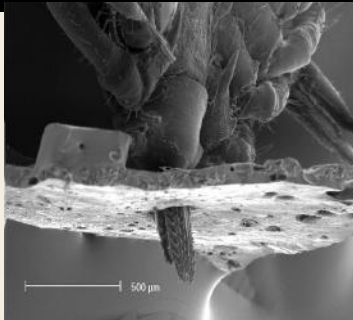
Een plekje uitzoeken...

Favoriet:

- Liesstreek
- Arm
- Oksels
- Knieholten
- Onderbenen



... en aan tafel!



De maaltijd van de teek

- De teek zuigt zich vol met bloed.
- De bacterie *Borrelia burgdorferi* kan hierbij in de bloedbaan terechtkomen.



Valkuilen:

- Eerste 24 uur blijft de teek plat en onopgemerkt.
- De beet is meestal niet pijnlijk en blijft vaak opgemerkt.
 - Wat soms wel voorkomt, is jeuk
- Nymfen worden vaak over het hoofd gezien.

Volgezogen teken



De ziekte van Lyme

Drie stadia:

1. Beperkte ziekte van Lyme
2. Door het lichaam verspreide ziekte van Lyme
3. Langdurige/chronische ziekte van Lyme

Beperkte ziekte (<3 maanden)

De ziekte ontstaat ongeveer twee weken na de tekenbeet.



Verschuinselen:

- Rode ring of vlek die zich uitbreidt (erythema migrans) in 50 tot 80 procent van de gevallen
- Griepig gevoel: koorts, hoofdpijn en gewrichtspijn

Door het lichaam verspreide Lyme

Na enkele weken of maanden (zonder tijdige behandeling)

Symptomen:

- Vermoeidheid
- Gewrichtsklachten
- Klachten van zenuwen
- Dubbel zien
- Flauwvallen
- Hartritmestoornissen



Chronische ziekte van Lyme

De ziekte kan langdurig worden.



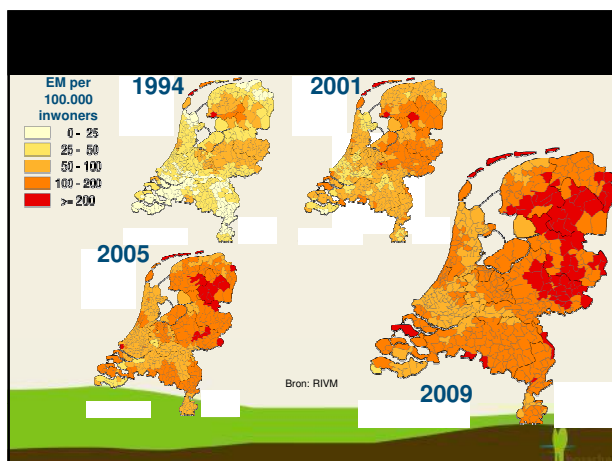
Symptomen:

- Ernstige vermoeidheid
- Huidaandoeningen
- Sterk wisselende en sterk ziekmakende klachten die functioneren vaak moeilijk maken

Diagnose is moeilijk

De ziekte van Lyme is moeilijk met zekerheid vast te stellen.

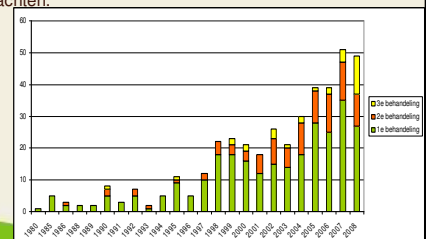
- Rode kring ontstaat in slechts 50-80% van de gevallen.
- Tientallen mogelijke symptomen
- Verloop is bij iedereen anders.
- Nog geen 100% betrouwbare test
- De tekenbeet wordt niet altijd opgemerkt.

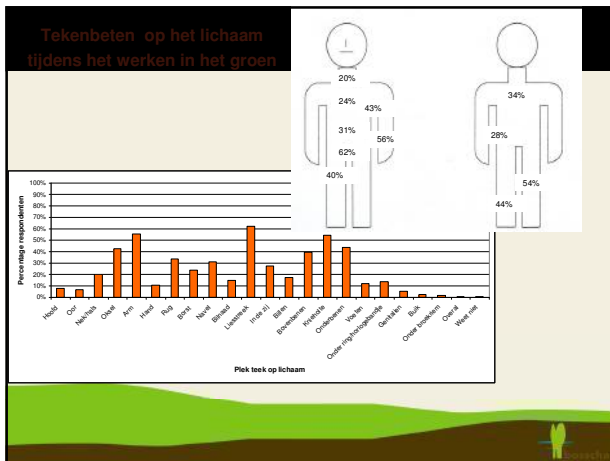


Resultaten onderzoek Bos en Natuur

- 81% is ooit gebeten tijdens het werk.
- 78% heeft last van tekenbeten in het huidige werk.
- 36% is een of meerdere keren behandeld met antibiotica.
- 13% heeft nu nog klachten.

Toename aantal meervoudige Lymebehandelingen





- ### Werkzaamheden en last van tekenbeten
- Werken/lopen in hoog gras, bosbesstruiken en varens
 - Werkzaamheden in heideveld en duingebied
 - Versnipperen van takken
 - Rasterwerkzaamheden
 - Uitvoerend werk aan bomen (o.a. snoeien)
 - Voorlichting/excursie in het groen
 - Onderhouds-, inventariserend en controlewerk in het groen
-

- ### Werken met dieren en de kans op tekenbeten
- Aangereden of geschoten wild verplaatsen
 - Verzorgen van dieren in gevangenschap
 - Werken met schapen en paarden
 - Verzorgen grote grazers/vee
 - Verwijderen kleine kadavers
 - Vangen konijnen en muizen
-

Boswachter heeft de ziekte van Lyme

12 jaar geleden dacht Jan, boswachter bij Staatsbosbeheer, dat hij overspannen was. Anderen dachten dat ook.

Niets interesseerde hem meer, hij voelde zich lusteloos, had geen fut meer om te klussen en zijn ledematen voelden zo stram dat hij moeite had de hoogst te beklimmen.

Na een lange zoektocht kwam hij bij een neuroloog, die de ziekte van Lyme constateerde.

Bron: De Nederlandse jager, 06 2009

De consequenties voor zijn werk?

"Na de antibioticakuur ging het een paar jaar goed."

Maar nadien kwamen de klachten terug. Misschien door een nieuwe besmetting. Nu kreeg ik gewrichtspijnen. Er is sprake van een chronische vorm van de ziekte van Lyme.

Bron: De Nederlandse jager, 06 2009

- ### De arbocatalogus
- Afspraken over gezond en veilig werken
 - Hoe tekenbeten te voorkomen
 - Deze afspraken zijn opgesteld door werkgevers- en werknemersorganisaties.
 - Zie www.arbocatalogusbosennatuur.nl

Werkgever

- Neem uw verantwoordelijkheid.
- Maak een risico inventarisatie en -evaluatie en een plan van aanpak:
 - maatregelen, werkplanning, inzet mensen
 - persoonlijke beschermingsmiddelen, insectenwerende middelen, tekenverwijderaars
 - toezicht op: gemaakte afspraken, correct dragen van kleding, dagelijkse controle
 - registratieformulieren
- Geef voorlichting en leg gemaakte afspraken vast. Denk ook aan de Bedrijfs hulpverlening.

Werknemers

- Meld teken en tekenbeten bij uw leidinggevende.
- Ga naar de voorlichting op uw bedrijf en lees de gegeven informatie.
- Draag kleding op de juiste wijze.
- **Controleer uw lichaam en kleding dagelijks.**
- Verwijder teken op de juiste wijze.
- Registreer in uw agenda de datum van de beet en de plek.
- Ga bij klachten naar de huisarts. Gebruik eventueel het protocol en meldingsformulier.
- Bij blijvende klachten: ga ook naar de bedrijfsarts.



Preventie (1)

Wat kunt u zelf doen?

- Let extra op bij het werken met (dode) dieren.
- Draag gesloten, huidbedekkende kleding in lichte kleur.
- Smeer de onbedekte huid in met anti-insectenmiddel. Lees altijd goed de bijsluiter.
- Eventueel sokken, schoenen en broek inspuiten met een middel met anti-insectenmiddel speciaal voor kleding o.a. DEET. Lees altijd goed de bijsluiter.
- Draag eventueel geïmpregneerde broeken met permitrine (verkrijgbaar bij gespecialiseerde outdoor winkels).
- Draag de sokken over de broek of in de laars



Preventie (2)

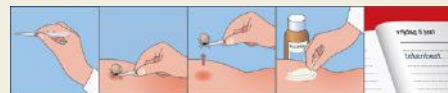
- Na **iedere** werkdag: lichaam controleren op teken
- Let hierbij vooral op warme en vochtige plekken.
- Maak uw werkkleding regelmatig schoon.
 - Met een borstel of kledingroller



Toch gebeten?

- Verwijder de teek zo snel mogelijk!
- Ontsmet de wond.
- Noteer de datum en plaats van de beet.
 - Maak een foto
- Houd de bijtplek drie maanden in de gaten.
- Ga bij klachten naar de huisarts.

Verwijderen van de teek



Naar de huisarts met:

- Een rode vlek of ring op de huid die zich uitbreidt
- Een grieperig gevoel met koorts en spierpijn
- Ernstige vermoeidheid na een tekenbeet
- Dubbel zien, hangend ooglid, scheef aangezicht
- Pijn, krachtsverlies of tintelingen in de ledematen
- Gewrichtsklachten

Meer weten?

- www.weekvandeteek.nl
- <http://www.rivm.nl/cib/themas/teken-lyme/>
- www.natuurkalender.nl
- www.kiza.nl
- www.bosschap.nl
- www.lymevereniging.nl



Na een dag in het groen

Altijd een tekencontrole doen!



Met dank voor tekst en beeld aan:

Bosschap
Colland Arbeidsmarktbeleid
Stigas
WUR
Natuurkalender
RIVM
KNJV



Disclaimer

De bestanden van deze voorlichting op de website van het Bosschap over teken, tekenbeten en de ziekte van Lyme voor werkenden in de bos- en natuur sector zijn met grote zorg samengesteld door Stigas met hulp van de commissie arbeidsomstandigheden van het Bosschap.

Stigas en de commissie arbeidsomstandigheden van het Bosschap kunnen niet aansprakelijk worden gesteld voor de inhoud van deze informatie of de gevolgen van het gebruik daarvan. Foto's, afbeeldingen en teksten zijn eigendom van Stigas, Wageningen University & Research Centre Natuurkalender, RIVM en KNJV. Het is niet toegestaan om deze foto's, afbeeldingen en teksten te vermenigvuldigen, kopiëren of verspreiden zonder voorafgaande schriftelijke toestemming.