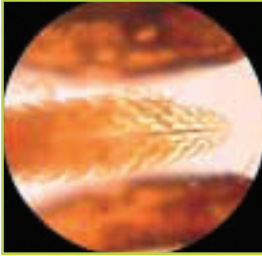


Van het bos gebeten!

Wat je zeker moet weten over teken...



Het tekenseizoen – van maart tot november – is weer achter de rug. Ook deze zomer hebben heel wat boswandelaars en -beheerders deze vervelende kleine beestjes (1,5 tot 4 mm groot) op bezoek gehad.

Een tekenbeet is in principe niet erg, en bovendien pijnloos. De teek zet zich vast in de huid en voedt zich met je bloed. Wel kunnen deze beestjes een ernstige ziekte overdragen! Tegenwoordig zijn teken ruim verspreid en komen ze in bijna heel België voor. Naar schatting 10% van deze beestjes in België zijn besmet met een bacterie (*Borrelia burgdorferi*) die de ziekte van Lyme veroorzaakt bij mensen. Deze ziekte is makkelijk te behandelen met een antibioticakuur, maar wanneer ze niet of te laat behandeld wordt, kan ze leiden tot ernstige ziekteverschijnselen in de spieren, de gewrichten, het zenuwstelsel en zelfs het hart (verschillende stadia). Er is absoluut geen reden tot paniek, maar goede controle en preventie kan je een hoop ellende besparen!

Je verwijdert het beestje makkelijk met een pincet of een tektangetje. Let daarbij goed op dat je de teek volledig uit de huid trekt: neem hem daarom zo dicht mogelijk bij de huid vast zodat de kop niet blijft zitten (rostrum met weerhaakjes, zie bovenstaande foto). Ontsmet daarna het wondje en het pincet. Behandel de teek in geen geval met alcohol of dergelijke, want dan spuwt hij zijn maaginhoud als reactie je lichaam in (inclusief de mogelijke besmetting!). Noteer in je agenda wanneer je een tekenbeet had of – voor de liefhebbers – kleef hem met transparant plakband in je agenda.



ROBBIE GORIS EN KATRIJN GIJSEL, VBV (foto's © Bert Geysels)

Wat te doen?

Met een lange broek, sokken en een hoed kan je wel wat tekenbeten vermijden, maar het allerbelangrijkste blijft een grondige inspectie van je lichaam na een bosbezoek. Let daarbij extra op de favoriete plekjes voor teken, namelijk op het hoofd, in oksels, knieholten, lies en enkels. Denk er echter aan dat teken overal kunnen bijten, en dat ze ook de volgende dag nog in je kleren, haar of auto kunnen rondkruipen en je zo toch nog een beet kan oplopen als je niet meer in het bos bent geweest. Weet ook dat insectenwerende middelen (bv. DEET) niet werken tegen teken. Verwijder de teken zo snel mogelijk. De kans op besmetting is minimaal als de teek binnen 24 uur op de juiste manier wordt verwijderd en het wondje wordt ontsmet. En daarmee is de kous af. Maar krijg je pijn of verschijnt er een rode ring (*erythema migrans*) rond de beet, dan laat je best zo snel mogelijk bij de dokter je bloed onderzoeken. De rode vlek verschijnt in meer dan de helft van de gevallen enkele dagen tot een maand na de tekenbeet. Soms verschijnt hij echter helemaal niet. Een ander mogelijk symptoom is griepigheid: hoofdpijn, koorts, keelpijn en extreme vermoeidheid. En dan is het belangrijk om in je agenda na te kijken of dit aan een tekenbeet kan gelegen zijn.

Let op

Niet alle huisdokters blijken even goed op de hoogte van de symptomen en behandeling van de ziekte van Lyme. Een snelle diagnose en – bij positieve bloedtest – een snelle behandeling met een antibioticakuur, zijn echter ontzettend belangrijk. Hoe langer men wacht met de behandeling, hoe langer de ziekte kan aanslepen. Een bloedtest is wel pas nuttig vanaf 3 weken na de tekenbeet. Breng je veel tijd door in het bos, dan is het geen overbodige luxe regelmatig je bloed te laten testen. Als je alle symptomen hebt en je huisarts stelt toch voor om eerst nog wat af te wachten alvorens met een antibioticakuur te beginnen, raadpleeg dan zeker een gespecialiseerde arts. ■

Meer weten? Enkele interessante links:

http://www.gezondheid.be/index.cfm?fuseaction=art&art_id=47
<http://www.md.ucl.ac.be/infect/lyme/lyme-presentatie-VL/sld004.htm>
http://www.ugent.be/nl/univgent/W_en_M/Gezondheid/documenten/lymeziekte