

TEKENTIJD

In de lente en zomer trekken we er graag opuit in de vrije natuur. Maar pas op: blote benen in hoog gras en struikgewas kunnen het slachtoffer worden van een teek. De teek zou niet meer dan een hinderlijk spinnetje zijn wanneer hij geen gastheer zou kunnen zijn van een ziekteverwekkende *Borrelia* bacterie. Wanneer die bacterie via een tekenbeet op de mens wordt overgebracht, bestaat een grote kans dat de Lyme ziekte ontstaat die, zonder vroegtijdige behandeling, chronisch wordt en zelfs dodelijk kan zijn.

Personen die frequent risicogebieden in de risicoperiode moeten betreden (bijvoorbeeld beroepsmatig) kunnen de onbedekte huid insmeren met insectenwerende producten die DEET bevatten, bij voorkeur in combinatie met het dragen van met permethrine geïmpregneerde kleding. Bij gebruik van middelen die DEET bevatten, is voorzichtigheid geboden bij overdadig gebruik. Deze middelen kunnen schadelijk zijn voor het zenuwstelsel.

Adviezen ter voorkoming van Lyme na een tekenbeet:

- Onderzoek het lichaam (bij elkaar) grondig op teken aan het einde van de dag.
 - Verwijder de teek zo snel mogelijk, liefst binnen 24 uur.
 - Brand de teek niet uit, gebruik geen olie om de teek te verdoven. Behandel de teek ook niet met chemicaliën.
 - Verwijder de teek door met een pincet de 'kop' zo dicht mogelijk bij de huid vast te pakken en langzaam rechtlijnig te trekken, zonder te draaien. Hierdoor wordt voorkomen dat er delen van de mond van de teek blijven zitten.
 - Desinfecteer na het verwijderen de beetplaats met jodiumtinctuur of alcohol 70%.
 - Noteer de datum van de tekenbeet.
 - Houd de bijtmond de daaropvolgende weken in de gaten en raadpleeg een arts bij het optreden van eventuele ziekteverschijnselen.
- (Bron: RIVM)



Illustratie: David Mulder