



Die Gefahr einer FSME-Infektion besteht nicht nur im Wald, sondern auch ...



... auf Feldwegen und Wiesen



... im Garten



... beim Hund ausführen



... beim Joggen

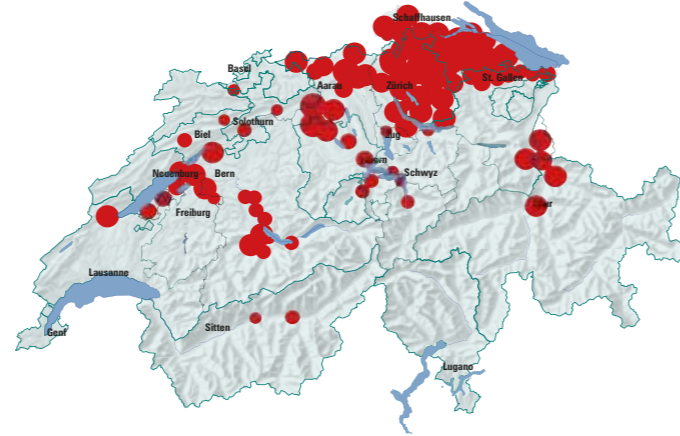
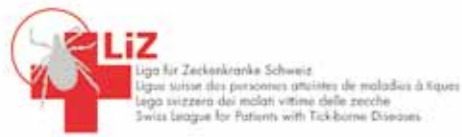


... auf Spielplätzen



... im Schwimmbad

Diese Broschüre wird empfohlen von:

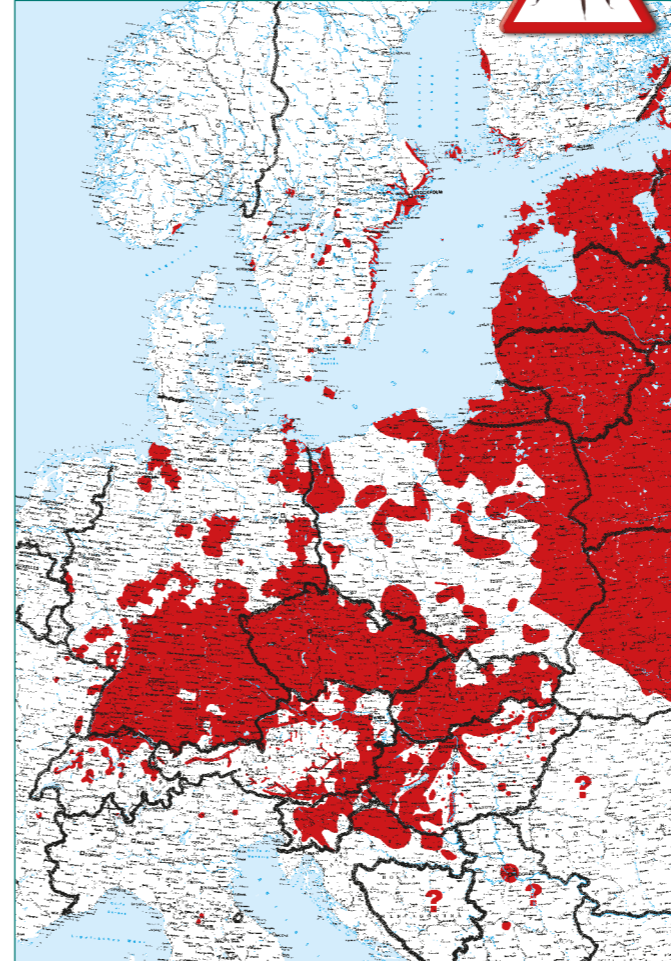


Diese Karte wird periodisch aktualisiert. Die neueste Version finden Sie unter www.bag.admin.ch oder www.zecke.ch. BAG: Stand Dezember 2011

Die Anzahl der FSME-Risikogebiete nimmt kontinuierlich zu.

Neuere Risikogebiete:

Bern: Interlaken/Leissigen, **Solothurn:** Balsthal, **St. Gallen:** Ganzer nördlicher Kantonsteil (unteres Toggenburg bis unteres Rheintal) **Wallis:** Visp



Angaben aus den einzelnen Ländern und der WHO. Die FSME-Erkrankung wird nicht in allen Ländern im selben Ausmass epidemiologisch erfasst. Die Angaben erheben daher keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Stand: Januar 2012, Kartengrundlage: Freytag & Berndt

■ FSME-Risikogebiete ? FSME-Risiko unbekannt

Zecken-Hirnhautentzündung kann mit der FSME-Impfung verhindert werden

Mit FSME-Risikokarte Schweiz und Europa



Zecken kommen weltweit vor. In Europa und Asien sind sie Träger des FSME-Virus. Die Zahl der FSME-Risikogebiete nimmt kontinuierlich zu, auch in der Schweiz. In den letzten Jahren sind dem Bundesamt für Gesundheit (BAG) 95 bis 243 Fälle pro Jahr gemeldet worden.

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

Wo leben Zecken?

Zecken leben in Bodennähe. Man findet sie im Wald, in Wiesen sowie in Gärten. Sie leben auch in Anlagen wie Schwimmbädern und Spielplätzen, welche mit hohem Gras und Gebüsch umgeben sind. Zecken steigen auf Gräser und Sträucher bis zu einer Höhe von 1.5m. Wir streifen die Zecken beim Vorbeigehen ab. Die Hauptaktivität der Zecken dauert vom Frühjahr bis in den Spätherbst.

Wieso können Zecken für den Menschen gefährlich sein?

Beim Blutsaugen können Zecken verschiedene Krankheitserreger übertragen. Die zwei wichtigsten Krankheiten, die durch Zecken übertragen werden, sind die **FSME (Frühsommer-Meningoenzephalitis)**, auch **Zecken-Hirnhautentzündung** genannt), sowie die **Lyme-Borreliose**.

Wie entferne ich eine Zecke?

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

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.



* www.bag.admin.ch

Woran erkenne ich eine FSME-Erkrankung?

Die FSME-Erkrankung ist eine durch Zeckenstich verursachte virale Erkrankung. Sie beginnt häufig wie eine Grippe mit Fieber, Kopf- und Gliederschmerzen.

Wie sieht der weitere Krankheitsverlauf aus?

Die FSME-Infektion kann in einer zweiten Phase eine Entzündung der Hirnhaut, des Gehirns, der Nerven und des Rückenmarks auslösen. Ein schwerer Verlauf der FSME führt in 5-20% der Fälle zu Lähmungen und bleibenden Schäden; 1% der Erkrankungsfälle verlaufen tödlich.

80% der an FSME Erkrankten infizieren sich bei Freizeitaktivitäten!



Bin ich gefährdet?

Das Risiko einer 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 infizieren sich beim Joggen, Wandern, Radfahren, Reiten, Golfen, Angeln, Schwimmen, Picknicken, Zelten, Hund Ausführen, Arbeiten, Spielen im Garten, usw.

Nur die FSME-Impfung kann vor der Erkrankung schützen!

Schutz vor FSME

Die FSME-Impfung bietet einen hohen 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.

Lyme - Borreliose

Die **Lyme-Borreliose** wird durch Bakterien verursacht, welche durch die Zecken beim Blutsaugen übertragen werden. Oft bildet Borreliose eine ringförmige Rötung um die Einstichstelle. Wenn dies der Fall ist, suchen Sie umgehend Ihren Arzt auf.



Wanderröte bei Borreliose

Eine Impfung gegen Borreliose gibt es nicht. Die Borreliose lässt sich relativ gut (insbesondere im Frühstadium) mit Antibiotika behandeln.

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.

** Kinder können in Absprache mit dem Arzt ab 1 Jahr geimpft werden (z.B. bei Besuch von Waldkindergärten).

Die Kosten für die FSME-Impfung werden gemäss den BAG-Empfehlungen durch die obligatorische Grundversicherung vergütet.

Vergessen Sie nicht, alle 3 Impfungen zur Grundimmunisierung durchzuführen!

Wie lasse ich mich gegen FSME impfen?

Für einen vollständigen Impfschutz brauchen Sie insgesamt 3 Teilimpfungen. Gegen FSME kann man sich während dem ganzen Jahr impfen. Ideal ist die 1. und 2. Teilimpfung während der kalten Jahreszeit durchzuführen, damit Sie zu Beginn der saisonalen Zeckenaktivität im Frühjahr bereits geschützt sind. Die 3. Teilimpfung sichert einen Langzeitschutz für mehrere Jahre. Danach ist eine periodische Auffrischimpfung notwendig. Es gibt eine Kinder- sowie eine Erwachsenen dosierung 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.



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 im 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.bag.admin.ch | www.zeckenschule.de