



LiZ

Liga für Zeckenranke Schweiz

Ligue suisse des personnes atteintes de maladies à tiques

Legg svizzera dei malati vittime delle zecche

Swiss League for Patients with Tick-borne Diseases



Non lasciarti sorprendere dalle zecche



Simone Niggli-Luder
Campionessa mondiale ai Giochi olimpici
Sportiva svizzera dell'anno 2003

Sin da bambina, la foresta era uno dei posti più incantevoli per i miei giochi. Ancora oggi, dopo anni, trascorro ore e giornate del mio tempo preferibilmente all'aria aperta, sia allenandomi sia nelle competizioni sportive.

La foresta, il più bel posto del mondo, nasconde però delle insidie, come le strade con il loro traffico.

Bisogna saper convivere con questi pericoli, comportandosi in modo tale che le zecche abbiano pochissime possibilità di riuscita. Perciò è bene controllare accuratamente il proprio corpo da eventuali morsi di zecche.

L'opuscolo della Lega dei malati vittime delle zecche (LiZ) contiene le informazioni concernenti le zecche; per esempio le zone di riproduzione, come ci si deve comportare per non essere morsi dalle zecche e che cosa bisogna fare in caso di puntura da zecca.

A tutti auguro buona lettura e un piacevole autunno con spensierate camminate nei boschi e corse campestri.

L'habitat preferito delle zecche

In tutto il mondo sono conosciute oltre 850 specie di zecche. In Europa sono state riconosciute come serbatoio e vettori di microrganismi patogeni le zecche appartenenti alla famiglia Ixodidae (zecche dure), responsabili della trasmissione di malattie all'uomo.

Le zecche vivono preferibilmente in un microclima temperato e umido, fino ad un'altitudine tra i 1000 e 1500 metri. L'habitat preferito delle zecche è rappresentato da luoghi ricchi di vegetazione erbosa ed arbustiva come i prati, i boschi, i parchi e i giardini. Le zecche sono frequenti in zone con abbonante sottobosco e terreno ricco di humus.

Misure di profilassi in caso di escursioni nei boschi e camminate campestri:

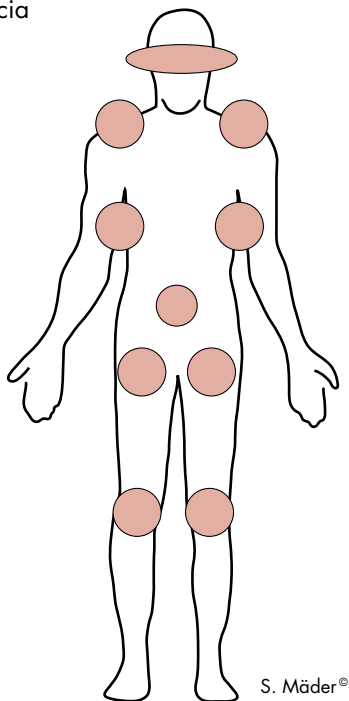
Le misure di profilassi comportamentali da osservare sono le seguenti:

- Calzature chiuse e alte sulla caviglia.
- Maniche e pantaloni lunghi.
- Le calze dovranno essere rimboccate sopra i pantaloni.
- Sulle parti scoperte del corpo è utile l'applicazione di prodotti repellenti contro le zecche (l'efficacia dei prodotti repellenti è limitata nel tempo, essi vanno impiegati con cautela nei bambini).
- Nelle escursioni e nei giochi evitare il contatto con arbusti e cespugli come pure i sentieri erbosi e il sottobosco poco battuti.
- Dopo le escursioni e giochi all'aperto bisognerà controllare accuratamente il proprio corpo da punture da zecca.
- Cautela nello sdraiarsi per terra nei boschi, sui prati, nei giardini e nei parchi.

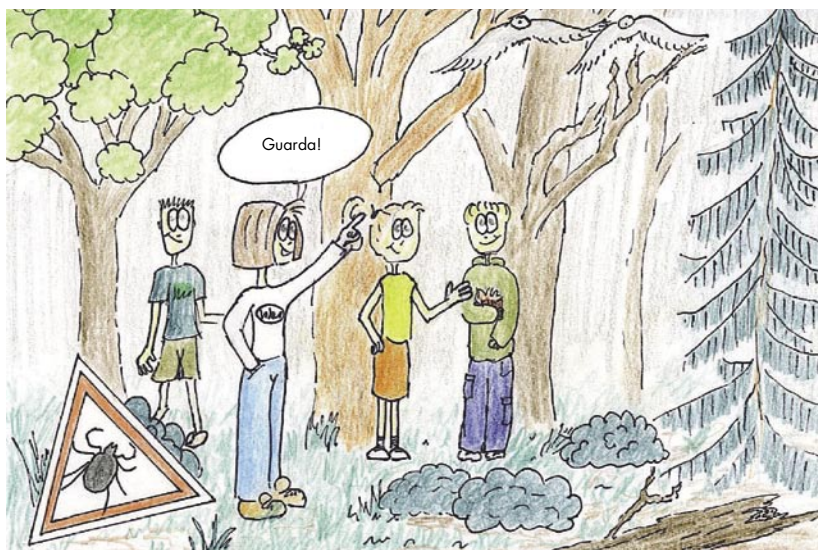
Morsi da zecca più frequenti

Le parti del corpo frequentemente soggette a punture da zecca sono le seguenti:

- cavità del ginocchio e cavità delle braccia
- pube e cosce
- ombelico e dintorni
- ascelle
- spalle, collo e nuca
- capelli
- dietro le orecchie



La puntura da zecca avviene nella cute del soggetto e dura circa 10 minuti, dopo di che la zecca incomincia a succhiare il sangue. Durante questa fase, la zecca secreta la saliva che narcotizza il punto del morso. Nella maggior parte dei casi, il soggetto non si accorge di nulla.



Disegni di A. Neumann; scuola circondariale di Brugg 3c

Quando splende il sole, i «quattro amici» vanno nel bosco per vivere momenti di avventura. Nel bosco gli amici si divertono, senza disturbare nessuno, anche quando fanno schiamazzi.



Lymi, Borri, Senzapensieri e Cigolio fanno un grande fuoco. Intorno al falò discutono il da farsi e decidono di giocare a nascondino.



Lyme e Borri cercano Senzapensieri. Dove si sarà nascosta? I bambini non sanno che nel bosco possono nascondersi delle insidie! Che cos'è che si arrampica sulla gamba di Senzapensieri?



E'una zecca che incide il suo biglietto da visita nella cute. Ogni giorno la zecca succhia delle piccole quantità di sangue. Per aumentare l'assunzione di nutrimento, il sangue succhiato, frammisto a saliva, viene immagazzinato nell'intestino della zecca. In questo modo gli agenti patogeni sono trasmessi all'uomo. Che cosa farà ora Senzapensieri?

Quello che bisogna fare dopo un morso da zecca

1. La zecca, una volta scoperta, bisognerà rimuoverla.
2. A tale scopo non utilizzare olio, colla o sostanze simili.
3. La zecca va rimossa afferrandola saldamente con una pinzetta il più possibile aderente alla cute, ed effettuando una trazione costante e decisa, ma non brusca, verso l'alto, con una delicata rotazione per evitarne la rottura.



baxter.de®

4. La puntura dovrà essere disinfettata (ciò non esclude, tuttavia, la trasmissione della malattia).
5. Controllare nei giorni e settimane seguenti il punto del morso.
6. Se dopo il morso dovessero insorgere delle complicazioni (febbre, mali di testa, rossore della pelle, dolori alle articolazioni), bisognerà consultare il medico.
7. Il morso da zecca dev'essere documentato nel modo seguente:
 - Quando sono stato morso dalla zecca?
 - Dove sono stato morso dalla zecca?
 - Quando è stata rimossa la zecca?
 - Conservare la zecca in un apposito recipiente per eventuali analisi.

Osservando le precauzioni descritte, potrete godere i primi raggi del sole primaverile e l'estate che si avvicina.

Buon divertimento dunque nella natura con escursioni e jogging, cercando funghi, pedalando in bicicletta e con altre attività.



LiZ

Liga für Zeckenkranke Schweiz
Ligue suisse des personnes atteintes de maladies à tiques
Lega svizzera dei malati vittime delle zecche
Swiss League for Patients with Tick-borne Diseases

La nostra Segreteria risponde volentieri alle vostre domande e ai vostri suggerimenti:

Lega svizzera dei malati vittime
delle zecche LiZ

Segreteria

3000 Berna

tel. 076 394 25 58

conto PC 30-674735-4

info@zeckenliga.ch

www.zeckenliga.ch

Questo opuscolo è sovvenzionato da:

Farbe bekennen.

Mit wertvollem Milcherum.