

Risiko Zeckenstich: In der Ferienzeit besser vorbereitet

Die Ferien stehen vor der Tür und die Temperaturen steigen. Doch nicht nur Menschen freuen sich über wärmere Tage im Freien, auch Zecken sind jetzt im Grünen aktiv. Eine FSME-Impfung kann sinnvoll sein.

Ob beim Campen, Wandern oder beim Spaziergang mit dem Hund: Wer sich in den kommenden Monaten viel im Freien aufhält oder eine Reise plant, sollte sich gut vor Zecken schützen. In Süddeutschland beispielsweise ist die von Zecken übertragene Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME) weit verbreitet. Mittlerweile sind jedoch auch in Niedersachsen zwei Landkreise zu FSME-Risikogebieten erklärt worden, nämlich das Emsland (seit 2019) und Celle (seit 2025). Neben der FSME können Zecken auch Bakterien übertragen, die Borreliose verursachen – eine Erkrankung, die Haut und Nerven betreffen kann. „Hat die Zecke zugestochen, sollte man sie schnell entfernen. Die Borreliose-Erreger werden nämlich erst nach ein paar Stunden übertragen“, erklärt der niedersächsische Gesundheitsminister Dr. Andreas Philippi, der selbst von Haus aus Arzt ist. „Anders bei der FSME – die Viren werden hier bereits beim Stich übertragen und die Krankheit kann ausbrechen. Glücklicherweise gibt es mit der Impfung einen sehr wirksamen Schutz. Ob eine FSME-Impfung sinnvoll ist, sollte am besten hausärztlich abgeklärt werden.“

Die FSME-Impfung wird insbesondere Personen empfohlen, die in einem FSME-Risikogebiet leben, kann aber auch für andere Personen sinnvoll sein, erklärt Dr. Masyar Monazahian, Virologe am Niedersächsischen Landesgesundheitsamt (NLGA): „Die Wahrscheinlichkeit für einen Zeckenstich ist stark abhängig vom Lebensstil. Menschen, die viel Zeit im Grünen verbringen haben ein deutlich höheres Risiko, mit Zecken in Berührung zu kommen, und auch regionale Unterschiede sind zu berücksichtigen. Angesichts der Ferienzeit rate ich deshalb, sich schlau zu machen, wie verbreitet Zecken und das FSME-Virus im Urlaubsziel sind. Insbesondere in östlichen und südöstlichen Ländern beispielsweise sind viele Zecken infiziert. Am besten ist es natürlich, wenn es gar nicht erst zum Kontakt kommt.“

Um sich vor einem Zeckenstich zu schützen, sind beispielsweise folgende Maßnahmen hilfreich:

- Beim Durchstreifen des Unterholzes sollte möglichst helle Kleidung getragen werden, auf der man Zecken gut erkennen kann. Festes Schuhwerk und lange Hosen/Oberteile sind ebenfalls empfohlen.
- Abweisende Hautschutzmittel (sogenannte Repellentien) können bei der Zeckenabwehr unterstützen.
- Nach einem Aufenthalt in der Natur sollte man sich gründlich auf Zecken absuchen. Kinder sollten nach dem Spielen in Wald und Wiese ebenfalls abgesucht werden. Zecken bevorzugen dünne und warme Hautstellen. Deshalb sollte an den Armen, in den Kniekehlen, am Hals und Kopf sowie im Schritt gründlich nach Zecken gesucht werden.

Zum Hintergrund:

FSME-Risikogebiete

Ein Landkreis wird dann vom RKI zum Risikogebiet ernannt, wenn dort über einen längeren Zeitraum betrachtet FSME-Fälle auftreten, bei denen die Infektion am Wohnort erfolgt ist. Folgende FSME-Fallzahlen sind in den letzten Jahren für ganz Niedersachsen registriert worden:

Kalenderjahr	Anzahl der FSME-Fälle in Niedersachsen
2021	7
2022	8
2023	11
2024	13
2025	10

Quelle: Robert Koch-Institut

Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME)

Die Erkrankung kann mit grippeähnlichen Symptomen und Fieber beginnen. Bei einem Teil der Patient*innen entwickelt sich eine Meningoenzephalitis, also eine Entzündung von Gehirn und Hirnhäuten. Bei einem großen Teil der Infizierten, insbesondere bei Kindern, verläuft FSME jedoch mild und ähnelt eher einer Sommergrippe. In den meisten Fällen treten bei einer Infektion keine Krankheitszeichen auf. Bei schweren Verläufen können entzündliche Erkrankungen der Hirnhäute, des Gehirns und des Rückenmarks auftreten, die schwere bleibende Lähmungen verursachen können. Als wichtigste vorbeugende Maßnahme gilt die Schutzimpfung.

Mike Wonsikiewicz Presse- und Öffentlichkeitsarbeit Rösebeckstr. 4-6, 30449 Hannover	Tel.: (0511) 4505-197	www.nlga.niedersachsen.de E-Mail: presse@nlga.niedersachsen.de
--	-----------------------	--

Borreliose

Je nach Region und Entwicklungsstadium der Zecken sind bis zu 35 Prozent der Zecken mit Borrelien infiziert und können diese auf den Menschen übertragen. Die Übertragung erfolgt meist erst nach mindestens 12 Stunden Saugzeit, sodass das frühzeitige Entfernen von Zecken das Infektionsrisiko senken kann. Ein typisches erstes Anzeichen einer Borreliose ist eine etwa münzgroße, sich ausbreitende Hautrötung an der Stichstelle, die sogenannte Wanderröte. Diese kann jucken oder schmerzlos sein und tritt meist einige Stunden bis Wochen nach dem Stich auf. Auch Allgemeinsymptome wie Müdigkeit, Kopfschmerzen, Fieber sowie Muskel- und Gelenkschmerzen können sind möglich. Wochen bis Monate nach der Infektion können Entzündungen großer Gelenke auftreten. In seltenen Fällen entwickelt sich eine chronische Form, die vor allem Haut, Nervensystem und Gelenke betrifft. Rechtzeitig erkannt, kann die Borreliose gut mit Antibiotika behandelt werden.