



Schütze dich vor Zecken!

Informationsblatt für die Eltern

Zecken leben stets in Bodennähe bis zu 1,5 Metern Höhe auf Gräsern, Sträuchern oder Büschen und sind in unseren Wäldern weit verbreitet.

Damit wir uns sorgenfrei im Freien aufhalten können, sollten wir einige Vorsichtsmassnahmen beachten:

- Die Haut bedeckende Kleidung tragen (lange Ärmel und Hosenbeine).
- Socken über die Hosen stülpen.
- Geschlossene Schuhe tragen.
- Zeckenschutzmittel anwenden (diese wirken aber nur kurze Zeit und sind allein nicht sehr zuverlässig).
- Den Körper nach Zecken absuchen und gründlich duschen. Haut gut abreiben.

Zecken suchen sich ihre Stichstelle gezielt aus:

- hinter den Ohren
- Haaransatz
- Schultern, Hals und Nacken
- Achselhöhlen
- Bauchnabel und Umgebung
- Schamgegend, Oberschenkelinnenseite
- Kniekehlen und Armbeuge
- Der Stich ist fast immer schmerzlos und bleibt daher unbemerkt.

Was tun, wenn die Zecke sticht?

- Die Zecke so rasch wie möglich entfernen.
- Die Zecke mit Pinzette so nah wie möglich an der Haut fassen und in einem Zug herausziehen.
- Die Einstichstelle desinfizieren.
- Einstichstelle und Datum notieren.
- Stichort einige Woche beobachten, bei auffälligen Hautrötungen oder grippeartigen Beschwerden Arzt aufsuchen.

Weitere Informationen:

Haus- oder Schularzt / www.zeckenliga.ch / www.zecke.ch / www.zeckenwissen.ch
FSME-Gratisnummer: 0800 820 870

Quellen:

www.zeckenliga.ch; www.zecke.ch