

# MASTERCLASS

## TEKEN KOMEN VAN ONDEREN



foto: Bugsinthepicture.com

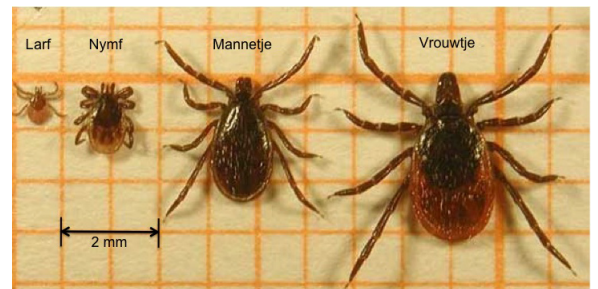
Hoe u het beste adviseert over goede bescherming tegen de teek

*care*  
**PLUS**

# FEITEN OVER DE TEEK

## WAT IS EEN TEEK ?

Een teek is een spinachtige geleedpotige parasiet. Ze blijven in leven door zich bij 'gastheren', dieren en mensen, te voeden met bloed. Zowel mens als dier kan erg veel last ondervinden van een tekenbeet. Mensen zijn niet de voornaamste gastheren van de teek, meestal zijn dat kleine knaagdieren, huisdieren, herten, schapen of vogels. Deze gastheren ontdekt hij door lichaamsgeuren, trillingen en temperatuur. Op het moment dat er een gastheer voorbij komt, begint de teek aan de lift van de voorbijganger. De teek die in Nederland voorkomt is de schapenteek.



levensfasen schapenteek, foto: Fedor Gassner

## WAAROM ZIJN TEKEN GEVAARLIJK ?



*Erythema migrans*

Teken zijn gevaarlijk omdat zij tijdens het bloedzuigen allerlei ziekteverwekkers kunnen overbrengen zoals virussen, bacteriën en parasieten. Zeker als de teek wordt verdoofd (alcohol) of verhit (sigaret), raakt de teek in shock en injecteert via het speeksel deze ziekteverwekkers als reactie bij zijn gastheer.

De bekendste en gevaarlijkste bacterie die teken bij zich kunnen hebben, is de *Borrelia burgdorferi* bacterie (spirocheet), de veroorzaker van de ziekte van Lyme. De ziekte van Lyme is een systeemziekte die soms zichtbaar wordt door een rode ring rondom de beet (*Erythema migrans*) en later door allerlei vage gezondheidsklachten.

Essentieel is om de teek zo snel mogelijk veilig te verwijderen (< 8 uur) en vast te stellen of de teek besmet is. Vervolgens geldt dat behandeling het meeste kans op succes heeft als deze direct na vaststelling van de tekenbeet plaatsvindt.

## HOEVEEL BESMETTE TEKEN ZIJN ER ?

Niet iedere teek is per definitie besmet, dat ligt onder andere aan de leefomgeving. In Nederland zijn ongeveer 20%\* van de teken besmet met de *Borrelia burgdorferi* spirocheet (bacterie) en het aantal Lyme besmettingen in Nederland stijgt jaarlijks.

\* bron: Wageningen Universiteit, 25 maart 2010



*Borrelia burgdorferi* spirocheet



teken zitten in gras, struikgewassen, heide

## WAAR LEEFT DE TEEK ?

In tegenstelling tot wat veel gedacht wordt, leven teken niet op grote hoogte (bomen) maar in het gras, struikgewassen, heide en in lage begroeiing. Risico wordt dus op veel meer plaatsen gelopen dan alleen in een boom- of bosrijke omgeving.

## WANNEER ZIJN TEKEN ACTIEF ?

Teken zijn vanaf mei tot en met september het meest actief en in die periode worden de meeste tekenbeten waargenomen. De rest van het jaar zijn ze zeker aanwezig, maar beschermen ze zich tegen de kou. In het voorjaar is het raadzaam om verdacht te zijn op teken, vooral bij huisdieren.

## STOP DE TEEK VAN ONDEREN !

De teek is overal waar het zich kan verstoppen in begroeiing en gras. Wees hier van bewust en adviseer uw klant hierover. De teek kan alleen gestopt worden als bewustzijn groeit en er preventieve maatregelen worden genomen tijdens het betreden van de leefomgeving van de teek.

# STOP DE TEEK !

## DE BESTE PREVENTIE TIPS EN ADVIEZEN



Er zijn een aantal preventiemogelijkheden om de teek te stoppen tijdens het wandelen, golfen, tuinieren en buiten spelen.

- de huid zoveel mogelijk met kleding bedekken en onbedekte delen van de huid insmeren met een sterk insectenafweermiddel zoals Care Plus® Anti-Insect Deet 30-50%
- geïmpregneerde sokken dragen, zoals de speciaal door Care Plus® ontwikkelde Bugsox
- stop de broek in de sokken en spray de broek met Care Plus® Anti-Insect Deet

Meer tips om tekenbeten en besmetting te voorkomen staan in de brochure "Tekens, uw ongewenste gast" van Tropenzorg. Deze brochure kunt u bij Tropenzorg bestellen, gebundeld per 50.



## CONTROLE EN VERWIJDERING



De teek hecht zich met kaakdelen in de huid op warme, vochtige plekken (b.v. knieholte, lies, oksel, haargrens). Controle op tekenbeten is erg belangrijk nadat men in een tekenrisicogebied is geweest. De kans op besmetting wordt groter des te langer de teek vastzit in de huid. Snelle ontdekking is dus cruciaal. Tekens moeten uiterlijk binnen 8 uur verwijderd worden.

Het verwijderen van de teek mag zeker niet met nagels of geweld, de monddelen kunnen dan achterblijven in de huid. Ook mag de teek niet verdoofd (alcohol) of verhit (sigaret) worden, dan raakt de teek in shock en injecteert (via het speeksel) ziekteverwekkers.

Het is van groot belang om de teek te verwijderen met een speciale teektang. Care Plus® heeft een speciale Tick-Out teektang, om de teek binnen 8 uur veilig te verwijderen.



monddelen van een teek

## TEEK ONTDEKT ? TEST DE TEEK !

De beste manier om vast te stellen of een teek besmet is met de *Borrelia* bacterie is door de teek te testen. Dat kan tegenwoordig met een sneltest. Het ziet eruit als een zwangerschapstest. De teek wordt fijngestampt in een buisje met wat vloeistof. Het mengsel wordt op de testcassette gedruppeld. De test geeft binnen 20 minuten aan of de teek besmet is. Met de uitslag van de test kan de huisarts geraadpleegd worden.

De Care Plus® Tick-Test is leverbaar vanaf medio april 2010.

## EN NU VERDER

Alle producten en POS-materiaal (posters, banners) met betrekking tot STOP DE TEEK zijn te bestellen bij Tropenzorg: [orders@tropicare.eu](mailto:orders@tropicare.eu)

Plaats een link vanuit uw website naar [www.stopdetEEK.nl](http://www.stopdetEEK.nl). Daar staat de laatste informatie en een educatieve film.



Care Plus® Bugsox Adventure in actie !

## CITATEN

**Michiel Kok (39):** "Drie dagen na thuiskomst van een paardrij-vakantie in de Ardennen ontdekte ik een teek in mijn lies. Deze heeft er dus minimaal 3 dagen gezeten. Ik heb de teek verwijderd en er verder geen aandacht meer aanbesteed. Tot ik na twee maanden reumatische klachten in mijn handen kreeg. Het bleek geen reuma, maar de neurologische klachten werden steeds erger. Na negatieve uitslagen, wees mijn vriendin me op de tekenbeet. Gericht hebben we laten testen op Lyme, maar de internist kon niets vinden. Na het lezen op diverse fora kwam mijn vriendin er achter dat ze in Nederland de juiste test niet hebben en dat ik daarvoor in Keulen moest zijn. Uiteindelijk is mijn huisarts is gezwich na veel aandringen en de bloeduitslagen uit Keulen. Na 5 dagen antibiotica (doxycycline) voelde ik me al stukken beter. Als mijn vriendin me er niet op had gewezen en we niet tot actie over waren gegaan, had het heel anders kunnen lopen."

**Meike Wesselink (31):** "Na een wandeling in het bos had ik continue jeuk op dezelfde plek. Ik had er al behoorlijk aan gekrabt, voor ik doorhad dat er een teek zat, die ik al flink geïrriteerd had daardoor. Ik kreeg een korstje met een rode plek er om heen en pus. Daarmee ging ik naar de huisarts, die al snel constateerde dat dit een tekenbeet was. Met een 15-daagse antibiotica kuur heb ik tijdig kunnen handelen tegen Lyme en ben niet ziek geworden, omdat ik er ook binnen 78 uur bij was. Hoewel mijn verhaal positief is en ik uiteindelijk geen Lyme heb gekregen, vind ik het erg belangrijk dat we ons bewust worden van het feit dat de gevaarlijke teek steeds dichterbij komt en succesvol toe kan slaan. Gelukkig had ik wel een teekentang in huis, omdat ik altijd dacht dat mijn kind het grootste risico liep."

**Sylvia Cadee (24):** "Vanaf mijn 13e had ik allerlei vage klachten. Op mijn 18e werden de klachten ineens heftig: uitval en neurologische klachten. Ik ben zelfs in een rolstoel beland! De arts dacht aan MS maar de bloedtest was positief voor de ziekte van Lyme. Een tekenbeet heb ik nooit opgemerkt. Ik kreeg een korte antibioticakuur en daarmee was de behandeling klaar. Maar de klachten waren er nog. Via de huisarts nog een kuur gehad en uiteindelijk via de Lyme Vereniging behandeld in een privé kliniek in Amsterdam. Daar heb ik 13 maanden behandeling met antibiotica via het infuus gehad en op mijn 21ste ben ik genezen verklaard. Vooral medici onderschatten de ziekte van Lyme vaak, wat ten koste gaat van tijdige behandeling. Het is dus belangrijk dat er meer aandacht voor de gevaren van een tekenbeet en de ziekte van Lyme komt."

**Dr. Herman Aa (67):** Nadat er in mijn familie twee keer Lyme was geconstateerd, ben ik me gaan verdiepen in de teek. Ik was geschokt door het aantal besmettingen en de gevolgen van de ziekte. Ik heb me opgeworpen als vraagbaak voor Lyme-patiënten en een test ontwikkeld waardoor thuis te testen is of een teek besmet is of niet. Zo kan de test worden meegenomen naar de huisarts en kostbare tijd worden bespaard en tijdig worden behandeld. Het is belangrijk om preventieve maatregelen te nemen om de teek te stoppen en verdere verspreiding en besmetting te doorbreken. Ook medici moeten we zien te overtuigen van de ernst van de ziekte van Lyme, die nu vaak te laat wordt ontdekt omdat de symptomen zo lijken op andere ziekten en de juiste test niet beschikbaar is. Samen kunnen we de teek stoppen. Bewaar en test de teek, mocht je ondanks preventieve maatregelen toch gebeten zijn!



## TEKEN IN OPKOMST

"Jaarlijks worden naar schatting 1,2 miljoen Nederlanders gebeten door een teek. Meestal is zo'n beet onschuldig, maar in de laatste decennia is het risico op besmetting met de *Borrelia* bacterie die de ziekte van Lyme veroorzaakt sterk toegenomen. Dit komt doordat steeds meer wilde zoogdieren de bacterie bij zich dragen, de tekenpopulatie in omvang is gegroeid, en we ons steeds vaker in natuurgebieden begeven waardoor de kans op besmetting is gestegen.

In 2005 werd bij ruim 17.000 Nederlanders de ziekte door huisartsen bevestigd. In een pril stadium kan een infectie worden behandeld met een intensieve anti-biotica kuur. Wanneer een infectie echter niet tijdig herkend wordt kunnen maanden of soms zelfs jaren later ernstige klachten optreden zoals langdurige vermoeidheid, gewrichtsontstekingen, rug- en nekpijn, evenwichtsstoornissen, en zelfs hersenvlies- of hersenontsteking. Behandeling is dan moeilijk en lang niet altijd effectief. Het voorkomen van tekenbeten is dus van groot belang.

De belangrijkste overbrenger van de ziekte van Lyme is de schapenteek, *Ixodes ricinus*. Deze soort komt veelvuldig voor in bos- en duingebieden met een dichte ondergroei. De nymfen en ook volwassen teken zijn erg klein en vaak moeilijk te herkennen. Een beet wordt opgelopen door aanraking met vegetatie waarop de hongerige teken zitten. Tekenen kunnen dus niet springen of vliegen en vallen niet vanuit bomen op voorbijgangers.

Het gebruik van afwerende middelen zoals DEET (diethyltoluamide) op schoenen, sokken, en broekspijpen levert goede bescherming tegen teken. Ook broeken en sokken die geïmpregneerd zijn met permethrine stoten teken af."

Dr. ir. Bart GJ Knols

© Tropenzorg BV, 2010

[WWW.STOPDETEEK.NL](http://WWW.STOPDETEEK.NL)

Postbus 1415, 1300 BK ALMERE