

Scouting 4daagsekamp Nijmegen



Team EHBO

Informatie over Teken

23 januari 2023



Inhoudsopgave

<i>Inhoudsopgave</i>	2
<i>Teken</i>	3
<i>Bescherming tegen teken</i>	4
<i>Verwijderen van een teek</i>	4
<i>Ziekte van Lyme</i>	5

Teken

Teken zijn parasieten, wat betekent dat ze leven van bloed. Ze zien er uit als kleine zwarte spinnetjes van 1 tot 3 mm en hebben 8 poten i.p.v. insecten die 6 poten hebben. Teken kunnen voorkomen op knaagdieren, vogels, egels, reeën, herten, de mensen en hun huisdieren. De teek heeft aan de snuit 2 schaartjes en 2 harkjes met weerhaakjes. De teek knijpt de huid open en gaat heel snel naar binnen om bloed te zuigen. Je voelt dit niet, omdat de teek meteen een verdovende substantie onder de huid spuit. Deze substantie zorgt er ook voor dat het dichtgroeien van de wond wordt verhinderd. De teek zorgt ook voor enzymen die de stolling van het bloed tegen gaan. Buiten dit brengt de teek ook nog een stof in om zich vast te metselen. Dit kost ongeveer een dag en daarom kan de teek de eerste dag ook vrij gemakkelijk verwijderd worden.



Teken komen voor op plaatsen waar het vochtig is, in bijvoorbeeld bos- en duingebieden. Ze zitten bijna altijd in bomen, struiken en hoge grassen. Maar let op! Teken voelen zich ook thuis in parken en zelfs kleine stadstuintjes. Als een mens of dier passeert, laat de teek zich vallen en bijt zich vast in de huid van het slachtoffer. Eenmaal volgezogen met bloed maakt een teek zich los van de huid en laat zich op de grond vallen. In principe kun je overal een tekenbeet oplopen. Echter de volgende gebieden zijn in Nederland extra riskant: Flevopolder, het Gooi, de regio Arnhem-Apeldoorn, Zeeland, Noorden van Limburg, Groningen.



Teken gaan graag op plaatsen zitten waar de huid zacht, vochtig en warm is. Je treft ze dan ook voornamelijk aan achter oren, in de nek, in haren, in de liezen, tussen tenen en vingers of in knieholtes.

Op dit moment zijn de teken veel meer besmet. Vroeger lag dit rond de 6 %. Op dit moment zijn al 50% van de teken besmet. Het is wel belangrijk te weten dat niet alle teken besmet zijn met de bacterie *Borrelia Burgdorferi* en dus de ziekte kunnen overdragen



Bescherming tegen teken

Je kan jezelf heel goed beschermen tegen teken. Dit kan je doen door:

- ☞ Je hele huid bedekt te hebben met kleren. De broek in de schoenen doen, zodat er ook geen kleine kiertjes zijn waardoor teken naar binnen kunnen komen. Ook een pet kan helpen om de teek niet in de haren te krijgen
- ☞ Tekenmelk/sprays te gebruiken
- ☞ Jezelf nakijken (of te laten nakijken door iemand anders) of er teken op je huid vastzitten
- ☞ In de natuur op de paden blijven

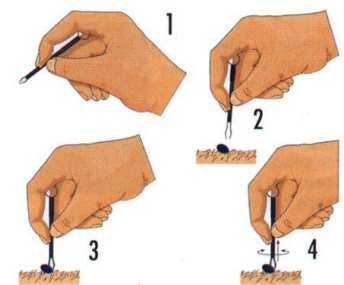


Verwijderen van een teek

En toch gebeten door een teek? Verdoof de teek nooit voor verwijdering! Dan verhoog je juist de kans op besmetting. De besmettingskans kan minimaal blijven als de teek binnen 24 uur op de juiste manier wordt verwijderd en je het wondje ontsmet met 70 % alcohol.

Met een goed te ontsmetten teken verwijderpincet in de verbanddoos kan je heel veel leed voorkomen. Bij klachten direct bij de huisarts langsgaan!

- ☞ Pak, indien mogelijk, de huid zo vast dat er een "heuveltje" ontstaat.
- ☞ Houd de pincet vast tussen duim en wijsvinger en druk de pincet open.
- ☞ Plaats de open pincet over de kop van de teek, zo dicht mogelijk op de huid.
- ☞ Verwijder de teek door de pincet te draaien en voorzichtig aan de pincet te trekken, totdat de teek loslaat. Het minuscule snuitje van de teek kan afbreken. Dit is niet erg omdat het niet besmet is met *Borrelia burgdorferi*. Net zoals een splinter komt de snuit vanzelf weer uit de huid.
- ☞ De teek mag van tevoren niet worden bewerkt met alcohol, olie, nagellak of andere middelen. Door het gebruik van deze middelen bestaat de kans dat de teek de inhoud van de speekselklieren en de darm in de huid brengt, waardoor juist een infectie ontstaat.
- ☞ Desinfecteer het bijtewondje, na verwijdering van de teek, met alcohol 70% of met jodium.
- ☞ De pincet kan na gebruik worden gedesinfecteerd



Ziekte van Lyme

De ziekte van Lyme is een infectieziekte die veroorzaakt wordt door de bacterie *Borrelia burgdorferi* (Bb). Het is een spiraalvormige bacterie die men een spirocheet noemt. Ziektes die veroorzaakt worden door spirochetes staan er om bekend dat ze steeds weer een terugval geven, moeilijk op te sporen zijn en grote imitators van andere ziekten zijn.

De Lyme bacterie wordt meestal overgedragen door een geïnfecteerde teek. Als de teek is geïnfecteerd, dan kunnen de Lyme bacteriën worden overgedragen naar de mens.

De ziekte van Lyme werd voor het eerst beschreven in 1910. In het plaatsje 'old Lyme', dat midden in de bossen lag, brak in 1975 een epidemie uit van gewrichtsaandoeningen. Al gauw werd de link gelegd en werd de ziekte naar het stadje vernoemd.

De ziekte van Lyme kan succesvol behandeld worden met antibiotica als dit vroeg na de besmetting gebeurt. Als men al langere tijd is besmet, wordt het moeilijker om de ziekte succesvol te behandelen.

De ziekte van Lyme kent drie fases. Hierna krijg je vaak restverschijnselen.

Eerste fase

Drie dagen tot drie weken na de tekenbeet kunnen de eerste klachten ontstaan. Er kan een cirkelvormig, rode uitslag om de beet ontstaan die groter wordt. Je kan je ook griepig voelen met hoofdpijn, opgezette lymfeklieren of vermoeidheid.



Tweede fase

Enkele weken of maanden na de tekenbeet kan je last krijgen van:

- ☛ Huidafwijkingen: deze kunnen bestaan uit kleine ronde rode plekken, die over het hele lichaam kunnen ontstaan
- ☛ Zenuwstelsel: er kan een heftige hoofdpijn optreden, gepaard met nekstijfheid (door een hersenvliesontsteking, maar ook zenuwpijn die uitstraalt of zenuwuitval. Denk hierbij aan aangezichtsverlamming
- ☛ Hartafwijkingen: deze bestaan uit ritmestoornissen en uit het slecht(er) gaan werken van de hartspier
- ☛ Spier- en gewrichtsklachten: de plaats van de pijn kan zich na enkele uren of dagen gaan verplaatsen naar een ander gedeelte. Ook maanden na de infectie treden bij vele patiënten nog aanvallen van gewrichtsontstekingen op, vooral in de grote gewrichten, zoals de knie.
- ☛ Vermoeidheid: je kan zeer ernstig vermoeid raken door de ziekte

Derde fase

Nu heet de ziekte ook wel chronische Lyme ziekte. Vanaf een jaar na het begin van de infectie kunnen de gewrichtsontstekingen langer aanhouden, waardoor de gewrichten onherstelbaar kunnen beschadigen.

Ook kunnen er ernstige neurologische afwijkingen ontstaan, die niet altijd meer verdwijnen als ze behandeld zijn. Denk hierbij aan geheugenverlies, slaperigheid, gedragsveranderingen en vermoeidheid. In dit stadium komen ook huidafwijkingen voor, die vooral aan de vingers en tenen gelokaliseerd zijn. En als het nog niet genoeg is, kunnen er ook ernstige loop of oriëntatiestoornissen ontstaan.

Vaak hoor je dat mensen nog restverschijnselen hebben of dood gaan aan de symptomen (denk bijvoorbeeld aan hartklachten). Ongeveer 1/3 van alle patiënten houdt in een vergevorderd stadium na behandeling nog restverschijnselen.