

TEKENBETEN DE ZIEKTE VAN LYME



Wat is de Lyme-ziekte?

De Lyme-ziekte of Lyme-borreliose is een infectieuze aandoening die je kan oplopen nadat je gebeten bent door een besmette teek. Gelukkig zijn niet alle teken besmet, slechts 10% van de teken bevatten een ziekteverwekkende kiem (Borrelia).

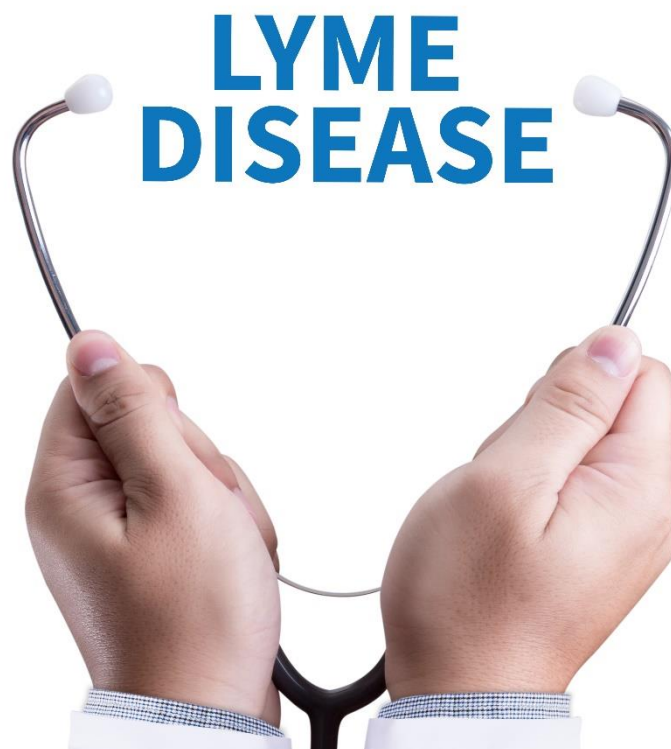
Je kan worden gebeten tijdens het wandelen, spelen of werken in vochtige, bosrijke gebieden en op plaatsten met lage begroeiing zoals struiken, varens en hoge grassen .

De incidentie van tekenbeten ligt 2 tot 3 keer hoger bij werknemers in een groene werkomgeving , zoals landbouw-, bos- en natuurgebieden dan bij andere werknemers . Ongeveer 25% van alle werkenden in de landbouw en bosbouw loopt jaarlijks één of meer tekenbeten op .

Ongeveer 2 % van de tekenbeten veroorzaakt effectief de ziekte van Lyme .

De wintermaanden uitgezonderd , zijn teken het hele jaar actief (vanaf een temperatuur boven 10°C) , met pieken in de zomer en de (vroeg) herfst .

Door de opwarming en meer warmere dagen, wordt zo'n teek meer actief en gaat op zoek naar een bloedmaaltijd.



Hoe komt de Lyme-ziekte tot uiting?

In de Lyme-ziekte kunnen 3 stadia worden onderscheiden die niet noodzakelijk allemaal doorlopen worden:

3 dagen tot 3 maanden na de beet:

- ontstaan van een rode, ringvormige vlek die geleidelijk aan groter wordt op de plaats van de beet (diameter groter dan 5 cm tot 10 – 30 cm) ,
- ontstaan van grieperige symptomen zoals hoofdpijn, keelpijn, vermoeidheid, koorts, ...;



enkele weken of maanden na de beet:

- pijn in armen of benen,
- scheefstaand gezicht veroorzaakt door een spierverlamming,
- dubbel zien,
- hartritmestoornissen;

maanden en soms zelfs jaren na de beet:

- pijn en zwelling van één (dikwijls ter hoogte van de knie) of meerdere gewrichten,
- chronische neurologische stoornissen (zelden),
- chronische huidaandoeningen t.h.v. armen en/of benen.

Een geïnfecteerd persoon kan één of meerdere van deze symptomen in verschillende combinaties doormaken.

Hoe kan men de Lyme-ziekte oplopen?

Je kan worden besmet door :

- een tekenbeet (niet pijnlijk),
- een teek die is besmet door een ziekteverwekkende bacterie (10% van de teken in Europa zijn besmet) en
- een teek die langer dan 12 tot 24 uren aan de huid vastgehecht blijft.

Niet alle geïnfecteerde personen zullen de ziekte ontwikkelen. Het risico dat iemand de ziekte doormaakt ten gevolge van een tekenbeet wordt in België geschat op 1,1 tot 3,4 % .

Hoe ziet een teek eruit?

Een teek is een klein, bruin-zwart spinachtig diertje dat de grootte heeft van een speldenkop. De teek zet zich gedurende één of meerdere jaren vast op lage vegetatie. Indien een mens of dier (klein knaagdier, rund, schaap, paard, hond, ...) voorbijkomt, ontwaakt de teek, hecht hij zich met zijn mondhoeken vast aan de huid van de gastheer en zuigt hij bloed. Na het bloedzuigen kan de teek 7 tot 11 mm groot worden. Van zodra de teek volgezogen is, maakt hij zich los van de huid en laat hij zich op de grond vallen.

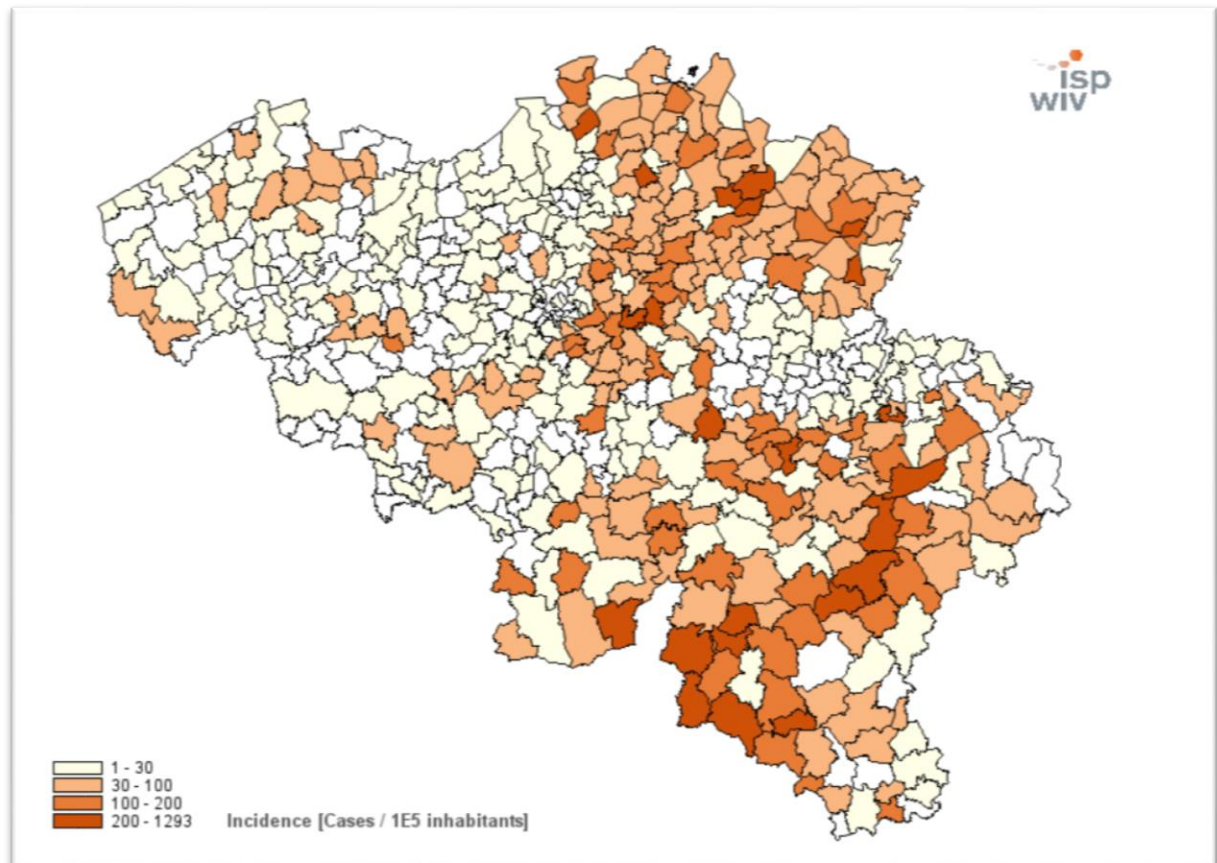
Hoe langer de teek aan de huid gehecht blijft, hoe meer tijd hij zal hebben om op te zwellen en om de ziekteverwekkende kiemen over te dragen.



Waar komen er in België teken voor?

Teken komen voor in bossen, lage begroeiing (hoog gras, varens, struiken), weiden en groene stadsruimten.

Op basis van de informatie verzameld door een netwerk van laboratoria stellen we vast dat de ziekte aanwezig is in bijna alle arrondissementen van het land maar dat in 2015 het risico het grootst was in de provincies Luxemburg (79/100 000) , Limburg (61/100 000) , Namen (60/100 000) en Brabant (40-42/100 000) .



Incidentie van gerapporteerde tekenbeten per gemeente , juli-december 2015

Zelf melden?

Via de website <https://tekennet.wiv-isp.be/> (Sciensano) kan men opgelopen tekenbeten melden.

Uw deelname laat toe om de risicogebieden voor het oplopen van een tekenbeet in kaart te brengen, waardoor mensen beter aan actieve preventie kunnen doen.

Hoe meer mensen deelnemen, hoe dichter deze kaart bij de werkelijkheid aanleunt.

Wie kan de Lymeziekte krijgen?

Iedereen die door een teek gebeten is kan de Lymeziekte oplopen. Het is mogelijk meerdere malen geïnfecteerd te geraken. De Lymeziekte wordt niet overgedragen van persoon tot persoon, noch van dier tot mens.

Wanneer kan men de Lymeziekte oplopen?

De Lymeziekte treedt vooral op tussen juni en oktober, soms tussen april en november, afhankelijk van de weersomstandigheden.

Bij goed weer kleedt iedereen zich licht, maar dit verhoogt het risico op een tekenbeet.

Wat moet men doen om de Lymeziekte te voorkomen?

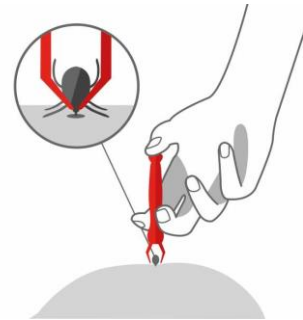
- als je in het bos gaat spelen, zeker in een bos met lage begroeiing, moet je ervoor zorgen dat je huid beschermd is met behulp van lange mouwen, lange broekspijpen en gesloten schoeisel;
- in wouden, uit respect voor de natuur, op de paden blijven en niet over struiken en planten strijken omdat er misschien wel teken op zitten die wachten op een gastheer;
- er bestaan insectenwerende producten, maar die beschermen slechts tijdelijk. Kunnen wel schadelijk zijn voor zwangerschap, borstvoeding en jongere kinderen. Vraag raad aan je apotheker.
- na het wandelen en spelen, loont het de moeite na te gaan of er geen teken op de huid zitten.

Tot nu toe bestaat er geen preventieve behandeling voor de Lymeziekte.



Wat moet men doen in het geval van een tekenbeet?

- alle teken zorgvuldig opsporen;
- alle teken zo vlug mogelijk verwijderen (hoe langer de teek aan de huid is vastgehecht, des te groter is het risico op besmetting door de ziekteverwekkende bacterie) en zo goed mogelijk de volgende stappen in acht nemen :
 - de kop van de teek trachten te vatten met behulp van een pincet of twee vingers,
 - zachtjes draaien/trekken om de teek te verwijderen (geen enkel deel van de teek onder de huid laten zitten),
 - de wonde ontsmetten met alcohol, het pincet en de handen wassen;
 - indien de teek er niet volledig kan worden uitgehaald, een arts raadplegen om het in de huid achtergebleven gedeelte te verwijderen;
 - een heet bad of een hete douche nemen kan soms volstaan om de teken te verwijderen; daarna de huid goed controleren;
 - in een agenda de datum van de beet en de vermoedelijke plaats van besmetting noteren;
 - letten op de klinische tekens vermeld onder punt 2;
 - nakijken of vrienden geen tekenbeet hebben;
 - indien er rode vlekken, hoofdpijn en/of pijn in de armen of benen optreden, een arts raadplegen. Indien nodig, zal een bloedname uitgevoerd worden om na te gaan of men geïnfecteerd is met de bacterie verantwoordelijk voor de Lymeziekte (minimale termijn tussen de beet en de analyse : 6 weken). Zo nodig moeten antibiotica voorgeschreven worden.



Een behandeling met antibiotica zal een snelle genezing in de hand werken en de ongemakken voor de patiënt en het risico op latere complicaties beperken.

Moeten we ons nu erg druk maken?

Nee want,

1. niet elke beet is besmettelijk,
2. een infectie veroorzaakt niet noodzakelijk de ziekte,
3. de ziekte kan op een efficiënte manier met antibiotica behandeld worden.

Sciensano (voorheen Wetenschappelijk Instituut Volksgezondheid) - Tel. : 02/642.51.11

VOOR MEER INLICHTINGEN

Premed vzw - Tiensevest 61 bus 2 - 3010 Leuven

T. +32 16 30 81 11 - F. +32 16 30 81 10 - info@premed.be - <https://www.premed.be/>



v180323