

Pressemitteilung

Wenn Zecken zustechen: So entfernen Sie die kleinen Blutsauger richtig

Berlin, 20. August 2024 – Durch zunehmend milde Winter breiten sich Zecken in Deutschland immer weiter aus. Dass die kleinen Blutsauger zustechen, lässt sich nicht immer verhindern. Ein Zeckenstich ist nicht nur unangenehm, Zecken können darüber hinaus Krankheitserreger übertragen, die Borreliose oder Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME) verursachen können. Um das Infektionsrisiko zu minimieren, sollte man nicht zu lange warten und die Zecke mit den richtigen Handgriffen entfernen. Wie das geht und welche Risikogebiete für FSME es aktuell gibt, darüber informiert die Stiftung Gesundheitswissen auf ihrem Gesundheitsportal.

Die Zecken kommen: Seit diesem Jahr gibt es zwei neue FSME-Risikogebiete

Zu den häufigsten Krankheiten, die von Zecken auf den Menschen übertragen werden können, zählen Borreliose und die Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME). Borreliose ist eine Erkrankung, die durch die so genannten Borrelien-Bakterien ausgelöst wird. Sie äußert sich durch eine kreisförmige Hautrötung und kann in den meisten Fällen gut mit Antibiotika behandelt werden. Manchmal kann Borreliose aber auch das Nervensystem angreifen, was sich durch Nervenschmerzen, grippeähnliche Symptome und Gelenkschmerzen äußern kann. Bei FSME ist für Betroffene besonders tückisch, dass die Symptome wie Fieber oder Kopf- und Gliederschmerzen, denen einer Grippe zunächst ähnlich sind. Normalerweise verschwinden diese Symptome nach einer Woche wieder. In seltenen Fällen rufen die Viren eine Entzündung des Gehirns und der Hirnhäute hervor. In diesem Fall können zum Beispiel Ausfälle des Nervensystems auftreten.

Das Risiko einer FSME-Infektion besteht hierzulande vor allem in den südlichen Bundesländern Bayern und Baden-Württemberg, aber auch in Teilen Thüringens, in Südhessen, in Sachsen und im südlichen Brandenburg. Als FSME-Risikogebiete neu hinzugekommen sind im Januar 2024 der Stadtkreis Frankfurt (Oder) in Brandenburg und der Landkreis Altenburger Land in Thüringen.

Eine aktuelle Karte mit den FSME-Risikogebieten finden Sie hier:

⇒ [Wo Zecken in Deutschland gefährlich sind](#)

Zecken entfernen: So geht's richtig

Eine Zecke sollte man zeitnah und mit geeigneten Hilfsmitteln herausziehen, z. B. mit speziellen Zeckenpinzetten, Zeckenzangen oder auch Zeckenkarten. Notfalls reicht auch eine Pinzette mit nach innen gewinkelten Spitzen. Das beste Vorgehen dabei ist, so nah wie möglich an der Hautoberfläche an den Mundwerkzeugen zu greifen und niemals am vollgesogenen Körper, um die Zecke langsam und gerade herauszuziehen. Aber Vorsicht: Die Zecke sollte möglichst nicht zerquetscht werden. Außerdem sollte möglichst wenig Druck auf das Insekt ausgeübt werden, da Krankheitserreger ansonsten ins Blut gepresst werden können. Wer kein geeignetes Hilfsmittel parat hat, kann die Zecke auch mit den Fingernägeln herausziehen. Anschließend sollte man die Einstichstelle möglichst desinfizieren und überprüfen, ob die Zecke restlos entfernt worden ist. Die Hautstelle sollte in der folgenden Zeit regelmäßig beobachtet werden.

Alle weiteren Informationen zum Thema „Zecken richtig entfernen“ finden Sie hier:

⇒ [Zecken entfernen – so geht es richtig](#)

Kontakt für Presseanfragen:

Markus Wohsmann
Leiter Kommunikation und Pressesprecher
markus.wohsmann@stiftung-gesundheitswissen.de
T +49 30 4195492-20

Jonas Windler
Referent Kommunikation
jonas.windler@stiftung-gesundheitswissen.de
T +49 30 4195492-24

Über die Stiftung Gesundheitswissen:

Die gemeinnützige, operative Stiftung Gesundheitswissen mit Sitz in Berlin will die Kompetenz von Menschen in Deutschland im Hinblick auf Gesundheit und Prävention stärken und die Informationsasymmetrien zwischen Arzt und Patient abbauen. Dazu erstellt sie u.a. laienverständliche Gesundheitsinformationen auf Grundlage aktueller wissenschaftlicher Erkenntnisse, zeigt Präventionsmöglichkeiten sowie Behandlungsalternativen auf und fördert das Gesundheitswissen im Allgemeinen. Stifter ist der Verband der Privaten Krankenversicherung. www.stiftung-gesundheitswissen.de