

Lyme-Borreliose Opmars van een ‘groene’ ziekte

SILVIA GOUTIER



Het lijkt zonder meer gezond: een wandeling in de duinen. Maar er schuilt een addertje onder het duingras. Je kunt er door de beet van een teek de ‘boswachterziekte’, de behoorlijk gevaarlijke ziekte van ‘Lyme’ oplopen. Durven we nog onbekommerd luchtig gekleed in de duinen rondstruinen? Of lopen we er voortaan bij als ontdekkingsreizigers, compleet met lange broek en sokken strak over de pijpen?

De ziekte van Lyme heet voluit Lyme-Borreliose. Hij begint met algemene klachten zoals koorts, keelpijn, stijve nek, hoofdpijn, spierpijnen, misselijkheid en braken. Maar andere ziekten zoals griep of fibromyalgie geven soortgelijke symptomen. Het is dan ook moeilijk om de ziekte te onderkennen. Tien procent van de mensen die besmet zijn merkt niets. In een later stadium kan de ziekte chronisch worden met gewrichtspijnen, verlamming van de gezichtsspieren, dubbelzien, neiging tot flauwvallen en hartritme stoornissen. Doorgaans wordt de ziekte behandeld met antibiotica. Bij veel mensen is het afweersysteem in staat de infectie te bestrijden, maar daarbij wordt geen immuniteit opgebouwd. Elke besmetting vormt een nieuw risico. De ziekte van Lyme loop je meestal op in het groen. Daar verbergt zich de schapenteek tussen afgevallen bladeren, op gras en in laag struik-

gewas. Besmetting kan ook via bloedtransfusie en via de baarmoeder of moedermelk. De ware boosdoener is de Borrelia-bacterie. Zij maakt handig gebruik van de levenswandel van de teek.

De teek ruikt dat je eraan komt

Wereldwijd zijn er meer dan 800 soorten teken, in Nederland maar zo’n stuk of tien. Tekenen zijn bloedzuigende mijten uit de klasse der spinachtigen. De schapenteek, de hoofdrolspeler bij de verspreiding van Lyme, is zo klein als een speldenknop. Haar leven doorloopt zij in vier stadia: ei, larve, nymf en volwassen dier. Na elke bloedmaaltijd verlaat ze de gastheer om te vervellen. Dit wisselen van gastheer werkt de overdracht van ziektekiemen in de hand. Afhankelijk van haar levensfase vertoont de teek voorkeur voor een bepaalde gastheer. In het larvenstadium zijn kleine zoogdieren en vogels favoriet. Als ze groter wordt zijn het vooral de paarden, honden, katten, schapen, reeën en herten, maar ook de mens als hij in de buurt is. Een teek ruikt dat je eraan komt. Aan de lichaamsgeur merkt zij dat een geschikte gastheer langs haar verblijfplaats schuurt en laat dan los. Van de volwassen teken zuigt alleen het vrouwtje nog bloed. Zij gebruikt deze energie om vlak voor haar dood nog duizenden eitjes op grashalmen te leggen. Een enorm aantal, maar de meeste larven sterven voor zij een geschikte gastheer gevonden hebben.

De rol van herten en runderen

In heel Nederland komen teken voor, ook langs de kust en op de Waddeneilanden. Niet alle teken zijn besmet. Dit wisselt van jaar tot jaar en van plek tot plek. Ook het totale aantal fluctueert. Voor toename in het duin houden sommigen het groeiend aantal reeën en damherten verantwoordelijk. Maar de voorkeuren in de verschillende levensstadia in combinatie met het ruime assortiment aan gastheren spreekt hier niet voor. Nog vele vragen zijn onbeantwoord. Daarom mogen de teken zich verheugen in de belangstelling van instituten, zoals Wageningen UR en de RIVM. Binnen de Natuurkalender (Wageningen UR) wordt het aantal teken per seizoen bijgehouden. Volgens ander onderzoek zou het aantal teken afnemen bij begrazing door

runderen. Ook zouden er in eikenbossen meer teken voorkomen dan in dennenbossen. Het RIVM is in 2007 begonnen met het Landelijk Tekenenonderzoek onder huisartsen.

‘Groene’ beroepsziekte eindelijk erkend

In Europa werd in 1883 voor het eerst melding gemaakt van een door tekenbeten veroorzaakte ziekte. De huidige naam is afkomstig uit Old Lyme in Connecticut (VS). In 1975 heerste hier een epidemie van reumaklachten. Later bleek het om dezelfde tekenziekte te gaan. Lyme is sinds 2009 in Nederland als beroepsziekte erkend. Dit is van grote betekenis voor medewerkers in groene en buitenberoepen. Behalve mensen kunnen honden ook besmet raken met Lyme. Er wordt onderzocht in hoeverre zij last hebben van ziekteverschijnselen. Voor honden bestaan er gevaarlijker tekenziekten, vooral in het buitenland, maar soms ook hier aangetroffen. Zoals blijkt uit de naam is de ziekte niet beperkt tot de vaderlandse duinen. Lyme is een ziekte van wereldformaat, die de argeloze buitenmens ook in andere landen kan oplopen.

In lange broek of anders op de paden blijven

De meeste teken komen in het duin voor in gebieden met een weelderige vegetatie. Er wordt aangeraden om in lange broek op pad te gaan. Zoals altijd is het een kwestie van praktische

afweging en gezond verstand. Iemand die dagelijks in de duinen werkt, loopt meer risico dan een incidentele wandelaar. Wie op brede paden blijft en niet in het gras gaat zitten, loopt weinig risico. Tekenen zullen wel eens een sprongetje wagen, maar kampioenen zijn het niet. Voor echte struiners heeft een kledingadvies wel zin. Bedenk wel dat teken gemakkelijk aan textiel blijven hangen. Doe dus de sokken over de broekspijpen. De reguliere farmacie en de alternatieve geneeskunde bieden inmiddels ook een breed scala aan preventieve producten aan. Welke keuze je ook maakt: controleer na een wandeling altijd op teken. Vind je er een, verwijder hem dan zo snel mogelijk met een tekenpincet door hem er linksom uit te draaien. En raadpleeg altijd een arts bij opvallende klachten drie dagen tot drie maanden erna, vooral bij een zich uitbreidende rode ring rond de beet of griepierigheid.

Wie meer wil weten, kan de volgende websites raadplegen: www.rivm.nl; www.lymevereniging.nl; www.ziekte-van-lyme.nl; www.natuurkalender.nl; www.devrolijkeviervoeters.org/wetenswaardigheden1.htm.

SILVIA GOUTIER-JUFFERMANS WERKT BIJ HET MINISTERIE VAN ECONOMISCHE ZAKEN, IS VRIJWILLIGER BIJ DIVERSE NATUURORGANISATIES EN SCHRIJFT ARTIKELEN.

Schapenteken spelen de hoofdrol bij de verspreiding van Lyme.
Foto: Joost Bouwmeester.



Niet alleen zoogdieren, maar ook vogels en reptielen kunnen ongewild voor gastheer spelen. Zo ook deze zandhagedis.
Foto: Joost van der Sluijs.