

Tekenbeten en Lyme-ziekte.

Bron : ARBO

In OHV nr.77 heeft al eens iets gestaan over Lyme, maar onderstaand stuk is door artsen geschreven en is, met toestemming van de Arbo Management Groep te Utrecht, overgenomen uit de NIOOcoop, het contactblad op het NIOO.

G. Speek.

De teek: een parasiet.

Teken zijn parasieten. Ze bijten zich vast in de huid van een gastheer om bloed te zuigen. Zowel dieren als mensen zijn gastheer voor teken. Vanuit de vacht van dieren komen teken in struiken en bomen terecht. En via die struiken en bomen bij de mens. Misschien ook bij u. Via het opgezogen bloed kunnen teken besmet zijn met bacteriën en virussen, die ze via hun beet overdragen aan hun volgende gastheer. Bij dieren zijn de ziekteverschijnselen meestal niet duidelijk vast te stellen. Mensen kunnen niet worden besmet door geïnfecteerde dieren, alleen door een rechtstreekse tekenbeet.

Geen echte beet.

Eigenlijk is een tekenbeet geen beet. Een teek hecht zich aan de huid en zuigt zich via een snuitvormig orgaan vol bloed. Zo komen de eventuele bacteriën en virussen die zich in het lichaam van de teek bevinden in contact met het bloed van de 'gastheer'. Dat gebeurt niet meteen. De teek neemt er de tijd voor om zich vol bloed te zuigen. De kans op overdracht van een eventuele besmetting wordt groter naarmate de teek langer bezig is met bloed zuigen.

Hoe voorkomt u een tekenbeet!

Het is niet eenvoudig om te voorkomen dat u een tekenbeet oploopt en zo besmet raakt met een virus of bacterie. Zeker niet als u veel tijd doorbrengt in een beboste omgeving. U kunt moeilijk van boven tot onder ingepakt rondlopen. Toch moet u het vooral van uw kleding hebben als u een tekenbeet wilt voorkomen. Draag dan bij voorkeur broeken met lange pijpen, overhemden en truien met lange mouwen. Bovendien moet die kleding goed

sluitend zijn. Want teken hebben de nare gewoonte om door de kleinste openingen naar binnen te kruipen. Dus broekspijpen in laarzen of sokken. Overhemd en shirt in de broek, Zet iets op uw hoofd en trek handschoenen aan, zeker als u gaat werken in het bos.

Een teek verwijderen.

Het is altijd verstandig om goed te kijken of u ergens op uw lichaam teken heeft nadat u in het bos bent geweest. Let daarbij vooral op knieholtes, liezen en de haargrens - dat zijn de favoriete plekjes van teken. Hoe korter een teek blijft zitten, hoe kleiner de kans op besmetting is. Daarom is het belangrijk om teken snel te verwijderen. Soms laten teken al los als u een heet bad of een hete douche neemt. Maar meestal moet u enige handgrepen verrichten:

Pak de teek tussen duim en wijsvinger beet en trek hem voorzichtig van uw huid, zodat de kop niet achterblijft. U kunt ook een pincet gebruiken of de speciale Tick Remover® die u kunt kopen bij drogist of apotheek.

Desinfecteer na afloop het wondje met jodium. Geen olie, sigaretten, alcohol of nagellak op de vastgebeten teek aanbrengen! De teek loost dan zijn darminhoud en speeksel in het bijt-wondje, zodat de kans op infectie juist toeneemt.

Een teek verwijderen met een pincet.

1. Neem het pincet tussen duim en wijsvinger en druk het open.
2. Zet het geopende pincet over de kop van de teek, zo dicht mogelijk op de huid.
3. Sluit het pincet langzaam om de kop.
Zorg ervoor dat het volgende lijf er niet tussen komt.
4. Draai het dichtgeknepen pincet voorzichtig een kleine slag links-en rechtsom, waardoor de teek gedeeltelijk loskomt en trek de teek van de huid.

Na een beet: extra opletten!

Bent u door een teek gebeten, noteer dan de datum waarop u gebeten bent en bewaar deze notitie zorgvuldig. Let ook op lichamelijke verschijnselen die op Lyme-ziekte kunnen wijzen, te

beginnen met een rode, vaak ringvormige huiduitslag rond de tekenbeet, die in de eerste weken of maanden na de beet optreedt.

Lyme-ziekte.

Lyme-ziekte is ontdekt in het plaatsje Lyme in Connecticut (VS), dat midden in de bossen ligt. In 1975 brak daar een epidemie uit van gewrichtsaandoeningen. Na intensief onderzoek in de Verenigde Staten en Europa bleek dat een bacterie (*Borrelia Burgdorferi*) deze Lyme-ziekte veroorzaakte. Ook ontdekte men dat die bacterie alleen door teken en door geen enkele andere insectensoort wordt overgedragen.

Verschyjnselen van Lyme-ziekte.

Voor al de latere verschyjnselen van Lyme-ziekte lijken op verschyjnselen van heel andere ziekten. Dit kan uw behandelende arts op een dwaalspoor brengen. Daarom moet u de arts altijd laten weten dat u gebeten bent door een teek.

Lyme-ziekte kent drie opeenvolgende stadia. Elk stadium laat zich goed en vrijwel altijd met

succes behandelen. De moeilijkheid bij Lyme-ziekte is, dat er gevallen bekend zijn waarbij het eerste en/of tweede stadium overgeslagen lijken te zijn en de patiënten alleen de latere verschyjnselen lijkt te hebben. Het is dus zaak na een tekenbeet alert te zijn.

Het eerste stadium.

Na drie tot dertig dagen vormt zich rond de tekenbeet een rode vlek. Die vlek breidt zich langzaam uit en neemt vaak in het midden weer de gewone huidkleur aan, zodat er een rode, ringvormige huiduitslag te zien is.

De ring kan wel enkele tientallen centimeters in doorsnee worden. Daarnaast kunt u zich griepigerig voelen en klachten hebben zoals hoofdpijn, koorts en vermoeidheid.

Het tweede stadium.

Enkele weken of maanden na de besmette tekenbeet of de huiduitslag kunt u langdurig last krijgen van beslist niet alledaagse klachten, zoals heftige uitstralende pijn in armen of benen, aangezichtsverlamming waar

door het ooglid niet sluit en de mondhoek hangt, dubbelzien en /of hoofdpijn. Andere verschijnselen in dit stadium zijn opgezwollen en pijnlijke gewrichten. Aandoeningen van het hart zijn zeldzaam bij de Lyme-ziekte; als ze optreden, uiten ze zich als hartritmestoornissen, een trage polsslag of de neiging om flauw te vallen.

Het derde stadium.

In het derde stadium krijgt u steeds vaker last van de verschijnselen van het tweede stadium. Het gaat dan meestal om gewrichtsaandoeningen met ernstige neurologische klachten, zoals loop- en oriëntatiestoornissen. Dit kan maanden tot jaren na de tekenbeet zijn! In dit stadium kan er ook een huidaandoening optreden aan handen, onderarmen, onderbenen en /of voeten. De huid is dan donkerrood tot paars verkleurd.

Antistoffen.

Mensen die door besmette teken zijn gebeten en geïnfecteerd, kunnen antistoffen ontwikkelen. Het lichaam probeert hiermee de bacterie onschadelijk te maken.

Uit onderzoek blijkt dat er veel meer mensen zijn met deze antistoffen, dan mensen met de verschijnselen van Lyme-ziekte. Als u door een teek besmet bent, is het dus maar zeer de vraag of u ook ziek wordt. Aan de andere kant biedt het hebben van antistoffen beslist geen bescherming tegen Lyme-ziekte. En het is nog onbekend hoe lang de antistoffen in het bloed blijven.

Onderzoek.

Denken u en uw behandelend arts aan Lyme-ziekte, dan kan de combinatie van lichamelijk onderzoek en bloedonderzoek uitsluitend geven. Bloedonderzoek geeft alleen aan of er antistoffen aanwezig zijn. In het vroege stadium zijn die antistoffen er vaak nog niet; het kan soms wel maanden duren voordat het lichaam antistoffen ontwikkelt. Sommige lymepatiënten ontwikkelen zelfs nooit antistoffen. Maar zij hebben wel de ziekteverschijnselen. Vandaar dat het soms moeilijk is vast te stellen of iemand Lyme-ziekte heeft. Alleen de combinatie van ziekteverschijnselen en bloedonderzoek geven zekerheid.

Onderzoek vooraf.

Het heeft bij Lyme-ziekte weinig zin om vooraf te onderzoeken, zoals door regelmatig bloed te prikken. De aanwezigheid van antistoffen in het bloed, zegt immers niets over de kans dat u Lyme-ziekte zult ontwikkelen. Zekerheid is dus niet te geven. De beste vorm van onderzoek is na een tekenbeet uw lichaam goed in de gaten te houden. En bij elke klacht die maar even op Lyme-ziekte wijst, contact op te nemen met uw huisarts.

Neem dan deze tekst mee, want ook bij artsen is Lyme-ziekte nog betrekkelijk onbekend.

Behandeling.

Tegen Lyme-ziekte bestaat (nog) geen vaccin, maar de ziekte is wel goed te behandelen en te genezen. Lyme-ziekte wordt behandeld met antibiotica. Welk antibioticum dat is en hoe de arts het toedient, hangt af van de ziekteverschijnselen. De behandeling is vrijwel altijd effectief in ieder stadium van de ziekte. Maar laat u zich vooral zo snel mogelijk behandelen!

Na genezing bent u niet immuun voor Lyme-ziekte! U kunt opnieuw besmet raken door een volgende tekenbeet.

Tot slot: laat u niet gek maken want:

1. niet elke tekenbeet is besmettelijk;
2. een besmette tekenbeet veroorzaakt niet altijd een infectie;
3. als u geïnfecteerd bent, hoeft u nog niet ziek te worden;
4. wordt u wel ziek, en krijgt u dus wel Lyme-ziekte, dan is die doorgaans heel goed te behandelen. Zeker als u er vlot bij bent!

Vragen!

Voor meer informatie over Lyme-ziekte kunt u contact opnemen met uw huisarts of met het hoofdkantoor van de Samenwerkende Artsen- en Adviesorganisaties in de Gezondheidszorg (SAAG),
telefoon 075 - 612 55 98.