

## Schütze dich vor Zecken!

Damit wir uns sorgenfrei im Freien aufhalten können, lohnt es sich einige Vorsichtsmassnahmen zu beachten – auch wenn in den letzten Jahren dem kantonsärztlichen Dienst keine FSME-Stiche aus Gansingen/dem Mettauertal gemeldet worden sind (FSME = Frühsommer-Meningo-Enzephalitis).

- Die Haut bedeckende Kleidung tragen (lange Ärmel und Hosenbeine)
- Socken über die Hosen stülpen
- Geschlossene Schuhe tragen
- Zeckenschutzmittel anwenden. Diese wirken aber nur kurze Zeit und sind alleine nicht sehr zuverlässig.
- Zuhause den Körper nach Zecken absuchen und gründlich duschen. Haut gut abreiben.
- FSME-Impfung: Das Bundesamt für Gesundheit empfiehlt die FSME-Impfung allen Erwachsenen und Kindern (im Allgemeinen ab sechs Jahren), die in einem Risikogebiet wohnen oder sich zeitweise dort aufhalten.

### Zecken suchen sich ihre Stichstelle gezielt aus:

- hinter den Ohren
- Haaransatz
- Schultern, Hals und Nacken
- Achselhöhlen
- Bauchnabel und dessen Umgebung
- Schamgegend und Oberschenkelinnenseite
- Kniekehlen und Armbeuge

Der Stich ist fast immer schmerzlos und bleibt daher unbemerkt.

### Vorgehen nach einem Zeckenstich

Entdecken Sie einen Zeckenstich, dann müssen Sie die Zecke möglichst **rasch entfernen**.

1. Sie wird wenn möglich mit einer Pinzette oder einer speziellen Zeckenzange gefasst und unter gleichmässigem, geradem Zug langsam herausgezogen. Keine **Vorbehandlung** mit Öl, Desinfektionsmittel, etc.!
2. **Desinfektion** der Einstichstelle.
3. Bei Zeckenstich in FSME-gefährdeten Gebieten (siehe **FSME**) sollten Sie mit einer/m Ärztin/Arzt Kontakt aufnehmen.
4. Tritt innerhalb eines Monats eine grosse Hautrötung in der Nähe der Einstichstelle auf, sollte ebenfalls eine Ärztin oder ein Arzt aufgesucht werden.

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an Ihren Hausarzt, an Ihre Kinderärztin oder Ihren Kinderarzt.

PS:

Das Departement Bildung, Kultur und Sport des Kantons Aargau unterstützt den Einbezug des Waldes in das Schulprogramm. Mit der Bewilligung von Waldkindergärten unterstreicht es diese Einstellung.