

Wees niet gek, doe de tekencheck!

Tijdens de lente- en zomermaanden trekken we er graag op uit in de natuur of zoeken we de rust op in onze tuin. Dat betekent uiteraard volop genieten, maar ook dat we de tekencheck niet mogen vergeten!

Wat is een teek?

Teken zijn bruinzwarte bloedzuigende parasieten die behoren tot de spinachtigen. Voor de ontwikkeling van een teek is er altijd een bloedmaaltijd nodig. Daarom bijt een teek zoogdieren (waaronder ook de mens), vogels en soms ook reptielen en amfibieën. Teken komen het hele jaar voor, maar ze zijn vooral actief tussen maart en oktober. De meeste tekenbeten worden in mei, juni en juli opgetekend, omdat het weer dan warmer is en er meer mensen de natuur in trekken.

Verminder het risico op ziekte

Helaas kunnen teken ziekten overdragen, zoals de ziekte van Lyme. Neem daarom je voorzorgen. Trek je de tuin of natuur in? Controleer jezelf achteraf altijd op teken. Meestal zoeken ze warmere plekjes, zoals knieholtes, tussen tenen of in de nek langs de haarlijn. Merk je er één op? Het is dan heel belangrijk om de teek in één vlotte beweging te verwijderen met een tekenverwijderaar. Verzorg het wondje en volg het ook goed op. Verschijnt er na enkele dagen een rode ringvormige vlek of krijg je last van koorts met spier- en/of gewrichtspijn, dan kan dit wijzen op een besmetting. Contacteer in dat geval meteen je huisarts voor een geschikte behandeling.

Enkele belangrijke weetjes over teken:

- Teken komen niet alleen in natuurgebieden voor. Ook in een tuin of park kan je een tekenbeet oplopen. Omdat we hier meer tijd doorbrengen, is de kans op een tekenbeet zelfs groter.
- Huisdieren kunnen teken in huis brengen en kunnen zelf ook ziek worden van een tekenbeet. Hier lees je er alles over hoe dit te vermijden: www.tekenbeten.be.
- Het oplopen van een tekenbeet betekent niet dat je ook ziek wordt. Hoe sneller je een teek verwijdert, hoe kleiner de kans op overdracht van ziektekiemen. Meer info: www.tekenbeten.be/teek-veilig-verwijderen.
- Tegen de ziekte van Lyme bestaat geen vaccin. Wanneer je naar het buitenland op vakantie gaat, kan het wel aangewezen zijn om je te laten vaccineren tegen tekenencefalitis, ook voor vakanties binnen Europa. Vraag hierover raad aan je huisarts.