

Geachte ouders/verzorgers en/of leden van de Bospatrouille,

Teken in Nederland

In deze brief willen wij je graag informeren over het kleine spinachtige beestje genaamd de teek. Ze komen in het hele land voor in bossen, duinen, heidegebieden, weilanden, parken en tuinen. Ze verblijven in wat hoger gras, lage struiken of tussen bladeren. Teken voeden zich met bloed van dieren maar soms ook van mensen. Doordat ze de huid voor het inbijten verdoven kunnen ze soms uren of enkele dagen onopgemerkt blijven zitten.

Meestal is de tekenbeet onschuldig. Toch is het belangrijk om een teek zo snel mogelijk te verwijderen. Er bestaat namelijk de kans dat een teek besmet is met de lymebacterie, de veroorzaker van de ziekte van lyme.

Teken zijn er het hele jaar door maar met name in de maanden maart t/m november het actiefst. Tijdens de warmere zomerdagen zijn de teken minder actief, dit betekent echter niet dat de kans om gebeten te worden dan kleiner wordt.

Het risico op tekenbeten beperken

Er zijn verschillende manieren om de kans op een tekenbeet te verkleinen. Zo kan het verstandig zijn om een lange broek te dragen en de broek in de sokken te stoppen. Met name met activiteiten waarbij wij ons door een gebied verplaatsen buiten de paden.

Op de paden kan je prima in een korte broek lopen, denk daarbij eens aan een afritsbare broek.

Ook bestaan er anti-tekenmiddelen met DEET erin. Deze zijn verkrijgbaar met een percentage van 20-50%. De hogere concentraties zijn effectiever en werken langer maar zijn minder geschikt voor kinderen.

Controleer altijd bij thuiskomst op teken!

Als de teek binnen 24 uur verwijderd wordt is de kans op een besmetting met de lymebacterie minder groot. Het is belangrijk om tijdens de controle systematisch te werk te gaan. Sommige teken in het stadium van nymf zijn namelijk lastig te zien.

Favoriete plekjes van de teek zijn: liezen, knieholtes, oksels, bilspleet, rand van ondergoed en achter de oren.

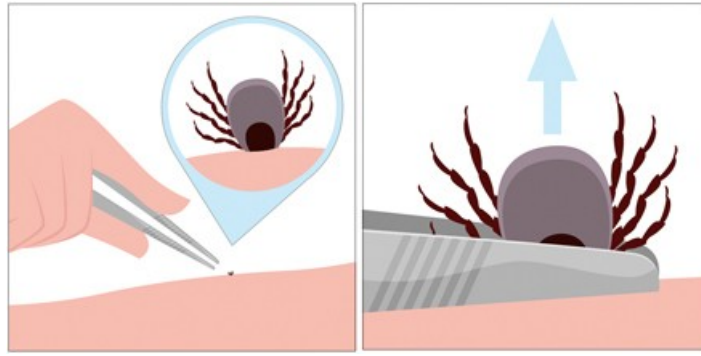
Bij volwassenen bijten teken zich vaker vast op de benen, bij kinderen door hun lengte vaak wat hoger op het lichaam.

Een teek verwijderen doe je zo

Een teek kan je het best verwijderen met een puntige pincet of een speciale tekenkaart. Dit is een kaart met twee of meerdere uitsparingen die over de teek geschoven kan worden.

Gebruik **geen** ontsmettingsmiddelen voor de teek verwijderd wordt maar doe dit pas achteraf!

Door een teek te 'plagen' met ontsmettingsmiddelen bestaat het risico dat hij zijn maaginhoud in de wond achterlaat en daardoor een kans op ontstekingen vergroot.



Stap 1:

Pak de teek met een puntige pincet zo dicht mogelijk bij de kop.

Stap 2:

Beweeg de teek recht omhoog in een rustige beweging.

Maak geen draaiende beweging

Knijp niet te hard in de teek.

Als er een klein stukje van de kop achterblijft is dit niet erg, dit groeit net als een splinter vanzelf uit de huid.

Stap 3:

Ontsmet het wondje en maak een notitie van de plek op het lichaam.

Houd tot drie maanden na de beet deze plek in de gaten. Let daarbij op verkleuringen van de huid en/of klachten die passen bij de ziekte van lyme.

Beginnende klachten van lyme zijn koorts, spier -en gewrichtspijn die enkele weken kunnen optreden na de beet.

De staf heeft altijd middelen mee om teken te verwijderen. Mocht je tijdens een clubmiddag of meerdaagse activiteiten een teek ontdekken meld dat dan even!

Tot slot:

We zien regelmatig dat het tenue niet compleet is.

Bij de Bospatrouille wordt verwacht dat ieder lid in het complete tenue aanwezig is:

- Blouse met bijbehorende rang, groepsdier, groepskoord
- Das
- Pet

Wij willen je vragen hier in het vervolg op te letten alvorens de deur uit te gaan.