

LAUFFFEUER

Die Zeitschrift
der DEUTSCHEN **JUGENDFEUERWEHR**

11 AUSGABEN IM JAHR

INFOS

HIER

**ZECKEN
UND CO**

AKTUELL INFORMIERT HIER AUF

**LAUFFFEUER-
online.de**



Zecken-Information

Das wärmere Wetter bringt nicht nur die Jugendfeuerwehrleute auf Touren, sondern auch die Zecken! Da wir uns bekanntlich oft im Freien aufhalten, ist ein Kontakt mit Zecken oft nicht zu vermeiden.

Doch wenn man sich an gewisse Vorsichtsmaßnahmen hält, gibt es keinen Grund zur Sorge.

Allgemeine Information

Zecken halten sich im Unterholz und Gestrüpp auf. Sie hängen sich an vorbeigehende Tiere oder Menschen, bohren ihren Rüssel in die Haut und saugen Blut.

Die Zecken, die bei uns vorkommen, können dabei den FSME-Virus, der in seltenen Fällen gefährlich sein kann, sowie Borreliose-Bakterien übertragen.

Prävention

Um gar nicht erst von Zecken gebissen zu werden, wird empfohlen gut abschließende Kleidung zu tragen, das heißt zumindest lange Hosen, Socken und geschlossene Schuhe.

Zeckenschutzmittel für die Haut kann hilfreich sein, wirkt aber nur für kurze Zeit und ist alleine angewendet nicht sehr zuverlässig.

Es wird auch empfohlen, nach Möglichkeit hohes Gras und Gestrüpp zu vermeiden. Zum Beispiel im Zeltlager ist diese Vorsichtsmaßnahme ziemlich illusorisch. Trotzdem sollte man sich dessen bewusst sein und vermehrt darauf achten.

Wichtig ist auch, dass man nach dem Aufenthalt im Wald duscht und sich nach schon festgeborenen Zecken untersucht. Bevorzugte Stellen sind vor allem an der Innenseite von Gelenken, beim Bauchnabel, am Haaransatz und hinter den Ohren.

Gegen den FSME-Virus gibt es eine Impfung, die wir Euch dringend empfehlen!

Was tun wenn man eine Zecke hat?

www.zecken.de empfiehlt:

1. Zecke möglichst rasch entfernen! (einem Leiter/einer Leiterin melden!)
2. Keine Vorbehandlung mit Öl, Leim oder anderen Substanzen
3. Zecke hautnah mit der Pinzette fassen und durch geraden regelmäßigen Zug herausziehen.
4. Stichstelle gut desinfizieren
5. Stichstelle in den folgenden Tagen und Wochen gut beobachten
6. Bei Auftreten von Beschwerden nach einem Zeckenstich (grippeartige Beschwerden, Kopfschmerzen, Hautrötungen, Gelenkschmerzen etc.) zum Arzt gehen
7. Zeckenstich sorgfältig dokumentieren:
 - Wann erfolgte der mutmaßliche Befall?
 - Wo erfolgte der mutmaßliche Befall?
 - Wann wurde die Zecke entfernt?

Weitere Informationen gibt es unter: www.zecken.de



Bis(s) zur Sonnenzeit

Endlich Sommer. Nun geht es wieder nach draußen beim Training für den Wettbewerb oder zum Üben für Jugendflamme, Leistungsspanne und Co. Frische Luft tut gut – doch im Gras lauert häufig Gefahr: Zecken. Kleine gemeine Viecher sind das, die entgegen landläufiger Meinung nicht auf Bäumen sitzen, sondern im hohen Gras auf ihre Opfer warten. Sie krabbeln unter die Kleidung, suchen sich eine warme Stelle und saugen drauflos. Nicht nur lästig und ein bisschen eklig, sondern auch gefährlich, da sie Krankheiten übertragen. Etwa die Borreliose, eine Infektionskrankheit. Etwa 30 Prozent der Zecken enthalten diese Borrelien. Symptome für eine solche Borreliose sind anfangs ein Hautausschlag, später stechende Schmerzen entlang des Arms oder Beins sowie Lähmungserscheinungen. Die Borreliose kann, wenn sie frühzeitig entdeckt wird, gut mit Antibiotika behandelt werden. Einen Impfschutz dagegen gibt es allerdings nicht. Impfen lassen kann – und sollte – man sich, wenn man viel Zeit im Freien verbringt, gegen die sogenannten FSME-Viren, die eine Hirn- oder Hirnhautentzündung auslösen können. Am besten ist es aber, den Kontakt zur Zecke zu vermeiden – also lange Hosen tragen und die Hosenbeine am besten in die Stiefel stecken, damit die Zecke erst gar nicht rankommt. Wer nach einem Tag im Freien wieder nach drinnen kommt, sollte seinen ganzen Körper nach Zecken absuchen. Die halten sich besonders unter den Achseln, in der Leiste, in der Kniekehle, im Schambereich oder im Bauchnabel auf. Zudem gibt es verschiedene Insektenschutzmittel, die auch gegen Zecken helfen – allerdings nur kurzzeitig. Hat sich doch mal eine Zecke festgesetzt, kann man sie mit Hilfe einer Zeckenzange, einer Zeckenschlinge oder auch einer Pinzette entfernen.

„Sonnencreme ist was für Weicheier“, sagt Daniel und wirft verächtlich die Tube aus seiner Reisetasche, die seine Mutter ihm fürs Zeltlager eingepackt hat. Als „echter Mann“ und Jugendfeuerwehrlager braucht der 14-Jährige so etwas nicht. Denkt er. Denn zwei Tage später brennt es höllisch – und lässt sich so leicht nicht löschen: Feuerrot ist die



Haut an Daniels Armen und in seinem Gesicht... Der Daniel in unserer Geschichte ist erfunden, sein Erlebnis dagegen nicht. Sicher ist es euch auch schon mal so ergangen: Erst wart ihr zu cool für Sonnencreme und dann kam das böse Ende. Dabei spricht nichts dagegen, auch als „echter Kerl“ oder „cooles Mädchen“ Sonnencreme aufzutragen. Denn Sonnenbrand ist gefährlich: Die UV-Strahlen können Hautkrebs verursachen und lassen zudem die Haut schnell altern. Was könnt ihr nun im Zeltlager tun, um euch vor Sonnenbrand zu schützen? Der beste Schutz ist: bleibt im Schatten. Wenn das nicht geht, dann auf keinen Fall die Sonnencreme vergessen. Jeder Hauttyp braucht dabei seinen eigenen Schutzfaktor – je heller die Haut, desto höher sollte auch der Schutzfaktor sein. Auch leichte Kleidung schützt vor der UV-Strahlung. Ganz wichtig ist auch, viel zu trinken und immer etwas auf dem Kopf zu tragen. So lässt sich auch ein Sonnenstich vermeiden, der mit starken Kopfschmerzen, Schwindelgefühl und Müdigkeit sehr unangenehm werden kann.

sas

