

# Toolbox-Meeting

## “Ziekte van Lyme”



Naast de presentatie en handout kunnen ook onderstaande films gebruikt worden:  
<http://www.youtube.com/watch?v=PVLhna6R4M>  
[http://www.youtube.com/watch?v=MveB\\_UYn8cY](http://www.youtube.com/watch?v=MveB_UYn8cY)



DeJongeSafety

## Ziekte van Lyme/ teken

Van een tekenbeet kunt u ziek worden. Controleer uzelf en anderen op tekenbeten nadat u 'in het groen' geweest. Bent u gebeten door een teek, dan is het belangrijk dat u hem snel verwijdert. Om hier aandacht voor te vragen heeft het RIVM de voorlichtingscampagne "Een teek pak 'm beet" in het leven geroepen. Daarnaast is er jaarlijks begin april "de Week van de Teek". Hieronder volgen de belangrijkste zaken m.b.t. de ziekte van Lyme..

### **Wat is een teek?**

Een teek is een spinachtig beestje met een grootte van één tot drie millimeter. Het leeft van het bloed van mensen en dieren.

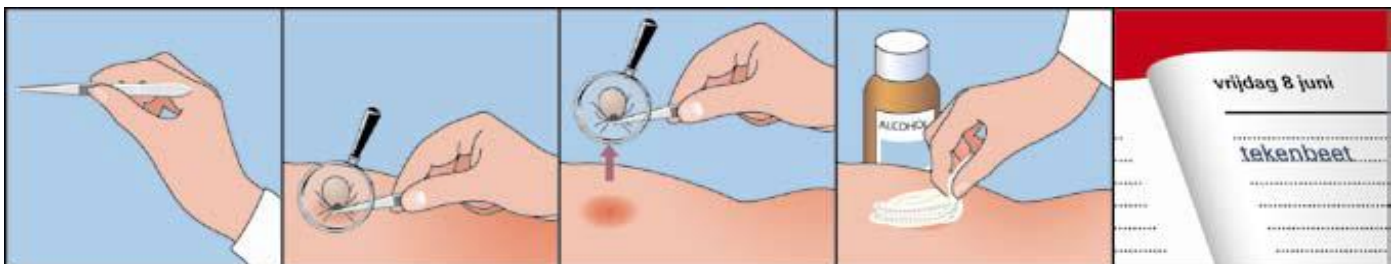
Een volgezogen teek kan wel tien millimeter groot worden. Tekenen komen in heel Nederland voor. Ze leven in hoog gras en struikgewas van bossen, in akkerranden, duinen, weilanden, heidegebieden, parken, tuinen en bij sloten. Tekenen zijn er het hele jaar door, maar worden actief bij een temperatuur boven de acht graden Celsius. De meeste tekenbeten komen voor in de periode van maart tot en met oktober.

Tekenen hechten zich aan voorbijkomende mensen of dieren. Vervolgens gaan ze op zoek naar een warm en vochtig plekje (achter de oren, in de liezen, knieholtes of oksels, onder een horlogebandje et cetera). Een teek kan dagen op de huid zitten zonder dat het opvalt.



### **Een teek verwijderen**

- Neem een pincet met een puntig uiteinde of gebruik een speciaal tekenpincet.
- Pak de teek zo dicht mogelijk bij de huid vast en trek voorzichtig. Soms breekt de teek af en blijft er een stukje van de monddelen van de teek achter. Dit kan geen kwaad en verdwijnt vanzelf uit het wondje.
- Ontsmet het wondje met 70%-alcohol, jodiumtinctuur of zalf.
- Noteer de datum en de plaats waar de teek op het lichaam heeft gezeten in je agenda. Deze gegevens zijn belangrijk voor een juiste behandeling.



### **Hoe kan een teek iemand ziek maken?**

Tekenen kunnen u alleen ziek maken als:

- Ze zelf besmet zijn met een bacterie die de ziekte van Lyme kan veroorzaken;
- ze voldoende lang hebben vastgezeten in de huid (> 24 uur).

In Nederland dragen teken vooral de *Borrelia*-bacterie bij zich. Deze bacterie veroorzaakt de ziekte van Lyme. Als de teek langer dan 24 uur op uw lichaam zit, kan die bacterie in uw lichaam terecht komen. De meeste mensen worden niet ziek na een tekenbeet. Ook wordt niet iedereen die is besmet met de *Borrelia*-bacterie ziek. Toch kwamen in 2005 in Nederland 17.000 mensen bij de huisarts vanwege de ziekte van Lyme.

Goed op teken controleren is dus echt belangrijk.



DeJongeSafety

### **De ziekte van Lyme**

Drie dagen tot drie maanden na de beet van een teek (als die langer dan 24 uur heeft vastgezet) ontstaat er in vijftig procent van de gevallen een rode ring rond de plaats van de beet. De overige vijftig procent krijgt geen ring.

Ook griepachtige verschijnselen kunnen voorkomen, zoals hoofdpijn, koorts of gewrichtspijn. Soms verdwijnen de verschijnselen spontaan. In een later stadium kunnen ernstiger verschijnselen ontstaan.

Als de ziekte van Lyme niet tijdig wordt ontdekt, kan iemand chronische huidaandoeningen of ernstige gewrichtsklachten krijgen.

Wordt de ziekte van Lyme tijdig ontdekt, dan is deze goed te genezen met antibiotica. Mensen kunnen elkaar niet besmetten.

Ook het verwijderen van een teek bij mens of dier levert geen besmettingsgevaar op.



Na een beet van een teek kan een rode ring rondom de beet verschijnen. Dit is niet altijd het geval en het niet verschijnen van zo'n ring wil niet betekenen dat er geen besmetting heeft plaatsgevonden.

### **Wanneer naar de huisarts?**

Als (in de maanden) na de teekbeet:

- een rode vlek ontstaat die steeds groter wordt;
- een grieperig gevoel ontstaat met koorts en spierpijn;
- u dubbel gaat zien of een scheef aangezicht krijgt;
- u pijn, krachtsverlies of tintelingen in uw ledematen krijgt
- gewrichtsklachten ontstaan.

### **Het voorkomen van tekenbeten en het beperken van de gevolgen**

- Draag de juiste kleding; dit is kleding die de huid bedekt. Op een lichte kleur kleding kun je teken beter zien en op gladde kleding kan een teek zich minder goed hechten.
- Vermijd dichte begroeiing en struikgewas, want hier bevinden de teken zich meestal.
- Smeer de onbedekte huid in met anti-insectenmiddel en spray eventueel schoenen, broek en sokken in met een middel met DEET (lees hiervan goed de aanwijzingen op de verpakking)
- Neem in een tekenrijke omgeving altijd iets mee waarmee de teek te verwijderen is.
- Als u in een tekenrijke omgeving aan het werk bent geweest, controleer dan altijd uw lichaam op teken, vooral op de warme en vochtige plekjes. Een spiegel is hierbij een handig hulpmiddel.
- Mocht u een teek aantreffen, verwijder die dan zo snel mogelijk. Als het verwijderen binnen 24 uur lukt, heeft de tekenbeet vrijwel zeker geen gevolgen.
- Let tot drie maanden na de beet op ziekteverschijnselen, bijvoorbeeld griepachtige klachten of een rode ring om de plaats van de beet.



# Presentielijst Toolbox-meeting: “Ziekte van Lyme”

DeJongeSafety

Datum : ..... Tijdstip:.....

	Achternaam en voorletters	Paraaf
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		
11.		
12.		
13.		
14.		
15.		
16.		
17.		
18.		
19.		
20.		
21.		
22.		
23.		
24.		
25.		
26.		
27.		
Behandelde praktijkvoorbeelden:		
Behandelde incidenten:		
Nader te behandelen vragen/ onderwerpen (voor volgende toolbox):		