

Wenn Zecken auf Golfer warten

Ausdauer
Beweglichkeit
Kraft
Koordination
Schnelligkeit
Gesundheit

Leider landen Golfbälle *nicht immer in der Mitte* des perfekt auf 18 mm geschnittenen *Fairways*. Es kommt daher vor, manchmal auch regelmässig, dass ganze Flightbesetzungen die *Umgebung systematisch nach Golfbällen absuchen* müssen. Dies kann in gewissen Ländern z.B. wegen Schlangen oder Alligatoren *gefährlich werden*. Hierzulande sind es *Zecken, die zwischen April und Oktober für Golfer gefährlich werden können, vor allem, wenn durch Zeckenstiche Krankheiten übertragen werden*. **Martin Lauterburg**



Martin Lauterburg ist Facharzt FMH für Orthopädische Chirurgie am Kantonsspital Frauenfeld sowie ärztlicher Leiter der Abteilung für Physio- und Ergotherapie. Zudem ist er Mitglied der United States Golf Teachers Federation USGTF.

Wegen ihren acht Beinen werden Zecken zu den Spinnentieren und nicht zu den Insekten (6 Beine) gezählt. Von den weltweit etwa 800 verschiedenen Zeckenarten ist in der Schweiz der zu den Schildzecken gehörende Holzbock die häufigste Zeckenart. Zecken kommen überall in der Schweiz unterhalb von 1000–1200 m über Meer vor, sind vorwiegend von April bis Oktober aktiv und bevorzugen als Lebensraum Laubwälder mit üppigem Unterholz, Waldränder und Waldwege mit ihren Büschen und Gräsern, aber selten Wiesen und Hausgärten.

Irrtümlicherweise glauben viele, dass sich Zecken von Bäumen fallen lassen. Das Gegenteil ist der Fall: Zecken positionieren sich in Bodennähe auf Gräsern sowie auf Hecken und lassen sich von verschiedenen Tieren, aber auch von Menschen abstreifen. Dabei dienen ihnen Duftstoffe, wie z.B. die Buttersäure im Schweiß von Menschen und Tieren, um aktiv zu werden. Vor

allem Männerschweiß scheint auf Zecken besonders attraktiv zu wirken.

Für die ein- bis dreijährige Entwicklung von der Larve zur Nymphe und zum erwachsenen Tier benötigen Zecken wiederholt Blutmahlzeiten. Ideale Stichstellen beim Menschen sind die behaarte Kopfhaut, Ohren, Hals-, Arm- und Kniebeugen, Leistenregion sowie Hände und Füße. Der Stich wird wegen der Absonderung eines anästhesierenden Stoffes selten bemerkt.

Meistens in der Freizeit

Zecken sind für Menschen deshalb problematisch, weil durch ihren Stich Krankheitserreger übertragen werden können. Zecken sind in den gemässigten Breiten der Nordhalbkugel die wichtigsten Überträger von Krankheiten auf den Menschen. In Europa sind vor allem zwei durch Zecken übertragbare Erkrankungen von Bedeutung: Die durch Bakterien ausgelöste Lyme-Borreliose und die durch Viren verursachte Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME, vgl. Kasten).

Besonders der Zeckenstich-Gefahr ausgesetzt sind Menschen, die sich häufig in Zeckengebieten aufhalten, wie Waldarbeiter, Wildhüter und Jäger. Die meisten Zeckenstiche ereignen sich jedoch während der Freizeitaktivität. Deshalb sind auch Reiter, Orientierungsläufer, Wanderer, Spaziergänger, Pilzsucher und Golfer zu den Risikopersonen hinzuzuzählen. Jeder Golfer und jede Golferin sollte daher die Krankheitsbilder kennen, sich optimal vor Zeckenstichen schützen und die Zecken korrekt entfernen können.

Wird eine Zecke bemerkt, sollte sie umgehend entfernt werden, weil bis



Achtung bei der Ballsuche im Unterholz: Die Zecken lauern in Bodennähe (oben). Wie sich die Tiere **beim Blut saugen entwickeln**, zeigt die Darstellung rechts: Larve (0,5 mm), Nymphe vor dem Saugen, Nymphe vollgesogen (bis 2 mm), erwachsenes Männchen vollgesogen, erwachsenes Männchen vor dem Saugen, erwachsenes Weibchen vor dem Saugen, erwachsenes Weibchen vollgesogen (bis 7 mm).

zur Übertragung von möglichen Erregern mehrere Stunden vergehen können. Dazu wird die Zecke möglichst hautnah mit einer Pinzette oder wenn diese nicht verfügbar ist mit den Fingernägeln gefasst und durch senkrechten, kontinuierlichen Zug leicht drehend entfernt. Anschliessend werden die Haut desinfiziert sowie Datum und Aufenthaltsort notiert. Die Stichstelle sollte für mindestens vier Wochen beobachtet werden. Treten Hautrötung, grippeartige Krankheitssymptome oder Gelenkschmerzen auf, ist eine Arztkonsultation zur Behandlung (Antibiotika) zu empfehlen. Erfolgte der Zeckenstich in einem Endemiegebiet für FSME, ist ein Arztbesuch für die sofortige Behandlung zu empfehlen.

Hochrisiko-Gebiete

Die Frühsommer-Meningo-Enzephalitis (FSME) ist eine durch Zecken übertragene Viruserkrankung, die das Nervensystem befällt. Die mit dem →

Wie kann sich der Golfer vor Zeckenstichen schützen?

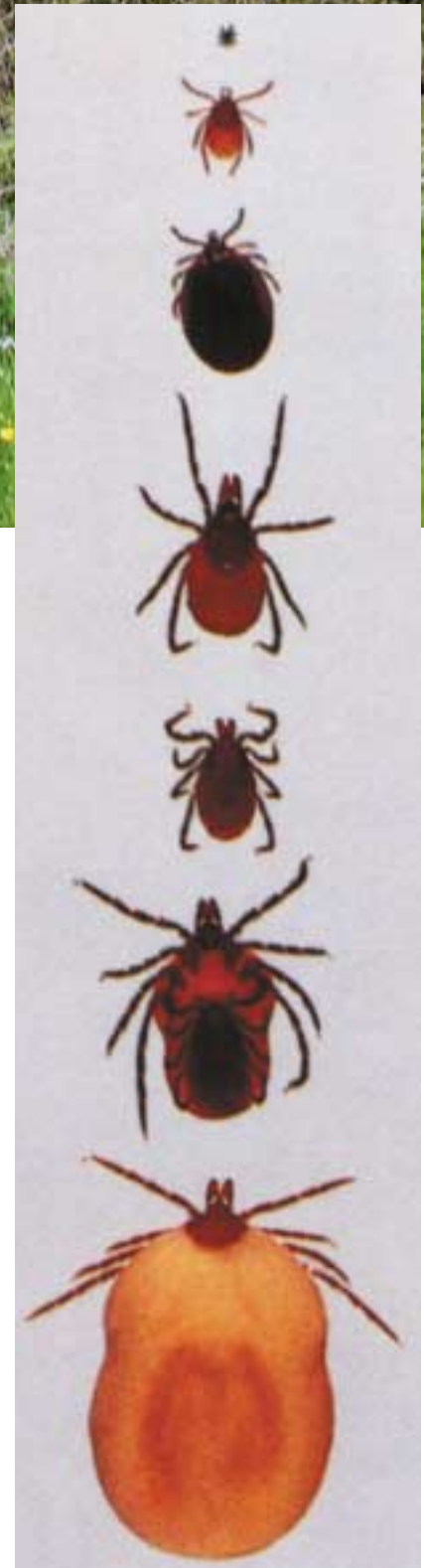
1. Benützen eines Antizeckensprays
2. Möglichst lange Hosen aus hellen und glatten Textilien, hohe Socken und eng anliegende Kleidung tragen.
3. Unterholz möglichst meiden, d.h. Golfbälle nicht um jeden Preis darin suchen.
4. Wer sich trotzdem ins Rough oder ins Unterholz begibt, sollte die Socken über die Hosen stülpen.
5. Nach dem Golfen auf jeden Fall sowohl die Kleider als auch den Körper nach Zecken absuchen.

Bilder mit freundlicher Genehmigung von Dr. med. N. Satz, Zürich, www.zecken.ch

Weitere Informationen:

Bundesamt für Gesundheit, Sektion Impfprogramme

Norbert Satz, Zeckenkrankheiten. Ein Ratgeber für Gesunde und Betroffene, 1997, Hospitalis Buchverlag, Zürich



→ FSME-Virus infizierten Zecken kommen hauptsächlich in bestimmten Hochrisiko-Gebieten (dunkelgrüne Gebiete in Übersichtskarte, z.B. ganzer Kanton Thurgau und Schaffhausen) vor. In diesen Gebieten sind rund 1% der Zecken infiziert.

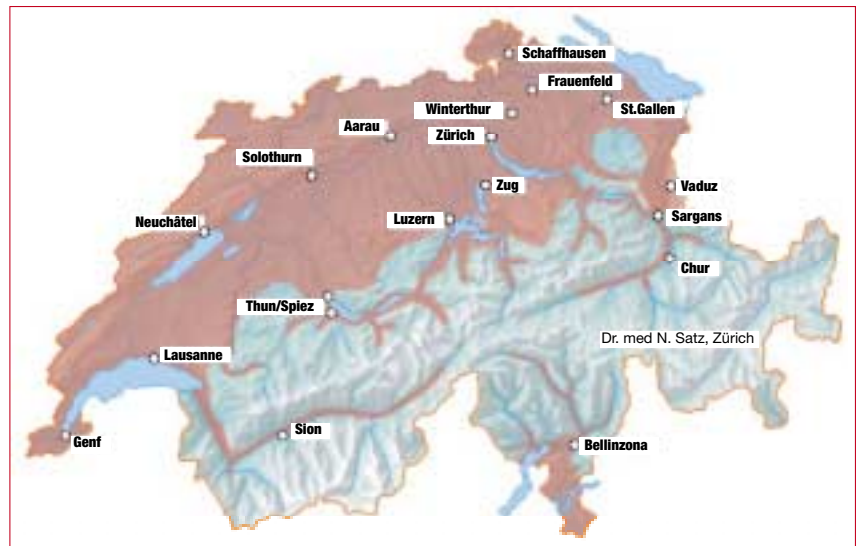
Nach einem Zeckenstich mit Virusübertragung zeigen nach einer unterschiedlichen Inkubationszeit von 1–30 Tagen aber nur etwa 10–30% der Betroffenen überhaupt Krankheitszeichen mit grippeartigen Symptomen wie Kopfschmerzen, Fieber, Müdigkeit und Gliederschmerzen. Nach wenigen Tagen verschwinden die Symptome von selbst, die Patienten genesen und für die Mehrzahl der erkrankten Personen (95%) hinterlässt die Krankheit eine lebenslange Immunität.

Todesfälle selten

Rund 5% der Patienten erkranken nach einem symptomfreien Intervall von 2–20 Tagen ein zweites Mal an Kopfschmerzen, Fieber, Müdigkeit und Gliederschmerzen. Hinzu kommen nun auch Zeichen der Hirnhautentzündung, mit starken Kopfschmerzen, Lichtscheu, Schwindel und Konzentrationsstörungen, sowie Sprech- und Gehstörungen. Auch Lähmungen und Nervenschmerzen sind beschrieben. In den meisten Fällen heilt dann die Erkrankung in wenigen Wochen definitiv und folgenlos aus und hinterlässt eine lebenslange Immunität. Selten treten bleibende Schäden oder Todesfälle auf.

Gemäss Bundesamt für Gesundheit erkranken pro Jahr in der Schweiz etwa 60 bis 125 Personen an FSME, Tendenz steigend. Da nach Ausbruch der Krankheit kein Medikament das Virus abtöten kann und die Behandlung nur Schmerzen und Begleitsymptome lindert, ist für Risikopersonen, die sich häufig in Endemiegebieten aufhalten, z.B. auch für Golfer, die Schutzimpfung als Vorbeugung zu empfehlen.

Die Lyme-Borreliose ist die weitaus häufigere Erkrankung als die FSME. In



Wo die **Gefahr am grössten** ist: In den hellgrünen Gebieten ist ein FSME-Vorkommen möglich. Die dunkelgrünen Gebiete sind **Hochrisikogebiete** für FSME. Risikogebiete der Lyme-Borreliose (braun).

den Siebzigerjahren wurde in der kleinen Ortschaft Lyme im US-Bundesstaat Connecticut die Krankheits-Epidemie erstmals entdeckt. Das von den Zecken übertragene Bakterium wurde nach seinem Entdecker Dr. W. Burgdorfer, einem Auslandschweizer, *Borrelia burgdorferi* benannt.

Antibiotika-Behandlung

Die Krankheit kommt weltweit und in allen europäischen Ländern vor. In der Schweiz tragen rund 5–35%, in bestimmten Gebieten bis zu 100% der Zecken den Erreger in sich. Nach einem Stich einer infizierten Zecke werden die meisten Betroffenen mit dem Erreger

selber fertig, wenige zeigen leichte grippeartige Beschwerden und nur 1% der Personen erkranken an der Lyme-Borreliose. In der ganzen Schweiz erkranken rund 3000 Personen pro Jahr an der Lyme-Borreliose, welche in verschiedenen Stadien abläuft. Im Anfangsstadium kann bei 20–30% der Erkrankten eine lokale Hautrötung auftreten, welche sich kreisförmig ausdehnt, häufig fehlt sie oder wird gar nicht bemerkt. In der Folge können auch Gelenke, das Herz und verschiedene Organe sowie das Nervensystem befallen werden. Im Gegensatz zur FSME kann die Lyme-Borreliose mit Antibiotika behandelt werden. ●