
Beste ouder/verzorger,

Van maart tot en met oktober is het tekenseizoen. In het tekenseizoen is het belangrijk om alert te zijn op tekenbeten, vooral als je in de natuur bent geweest. Meestal zijn teken onschuldig, maar een op de vijf teken is besmet met de ziekte van Lyme. Het is daarom belangrijk om je kind(eren) en jezelf te controleren op tekenbeten.

Toolkit voor les over tekenbeten

De GGD vraagt school ieder jaar om aandacht te hebben voor de risico's van een tekenbeet. Op onze school doen we hier ook aan mee. We hangen een poster op om kinderen en ouders/verzorgers te laten weten dat het tekenseizoen is begonnen. Ook praten we met de kinderen over teken en tekenbeten in de groep.

Waarom vraagt de GGD aandacht voor teken?

Teken kunnen ziektes overbrengen, zoals bijvoorbeeld de ziekte van Lyme. Van maart tot oktober is de kans op een tekenbeet het grootst. Daarom vraagt de GGD er nu aandacht voor.

Wat zijn teken?

Teken zijn kleine, spinachtige beestjes die leven van bloed. Teken komen door het hele land voor en zitten onder andere in gras, struiken, bomen en dode bladeren. Ze kunnen zich vastbijten in de huid van mensen. Dat ziet eruit als een zwart puntje van 1 tot 3 millimeter. Als de teek langer blijft zitten, zuigt hij bloed op en zwelt hij op tot een grijs/bruin bolletje ter grootte van een erwte.

In het groen? Controle doen!

In de les op school gaat over het controleren op tekenbeten nadat je in de natuur bent geweest of op een plek waar teken voorkomen, zoals je achtertuin. Ontdek je een teek? Verwijder deze zo snel mogelijk op een goede manier. Hoe langer de teek in de huid zit, hoe groter de kans dat de teek ziekteverwekkers overdraagt. Teken kunnen zich overal op het lichaam vastbijten. Vergeet niet de liezen, bilspleet, oksels, in de randen van ondergoed, achter de oren en rond de haargrens te controleren. Verwijderen kan met een spitse pincet of een speciale tekenverwijderaar.

Wat moet je doen bij een tekenbeet?

1. Schrijf na een tekenbeet de datum van de tekenbeet op. Let tot drie maanden na de tekenbeet op de volgende verschijnselen:
 - Een verkleuring op de huid die groter wordt. Deze kan tot drie maanden na de tekenbeet verschijnen.
 - Koorts en eventueel spier- en gewrichtspijn, tot enkele weken na de beet.
 - Soms kunnen gewrichtsklachten, huidklachten, zenuwklachten of hartklachten ontstaan. Dit kan gebeuren als vroege klachten van de ziekte van Lyme niet behandeld zijn met antibiotica. Soms zijn deze klachten ook een uiting van de ziekte van Lyme.
2. Heb je een van bovenstaande klachten of twijfel je ergens over, neem dan contact op met de huisarts

Op vakantie naar het buitenland?

Teken in het buitenland kunnen weer andere ziekten overbrengen, zoals tekenencefalitis. Ga je op vakantie? Kijk dat op www.ggdreisvaccinaties.nl of in jouw vakantieland ook teken voorkomen.

Meer weten?

Ga naar www.rivm.nl/tekenbeet of download de app 'Tekeneet' in de App Store of Google Play.

