

# De teek bekeken

Adindah Visser en Ardine Korevaar

Langzaam kruipt hij langs een grasspriet omhoog, tot hij op een gegeven moment stilhoudt. Daar blijft hij zitten met zijn voorpoten wijd naar beide zijden uitgestrekt. Tijdens het wachten heeft hij niet veel nodig. Hij kan rustig, in weer en wind, een jaar zonder voedsel. Zolang het boven de zes graden Celsius is, blijft hij actief en wacht hij geduldig op zijn prooi. Dag in, dag uit. Maand in, maand uit. Wanneer een geschikte voorbijganger passeert, dier of mens, haakt hij alleen één van zijn uitgestrekte poten aan een stukje huid of een haar en zonder dat zijn prooi het in de gaten heeft, houdt de teek zich meteen stevig vast.

Voorzichtig kruipt hij omhoog en regelmatig proeft hij met de haren van zijn korte voelsprietten van zijn kersverse gastheer. Als hij bij een geschikt punt aankomt, laat hij zijn zaagachtige mondstuk in de vlezige huid van zijn prooi zinken. Via zijn speeksel scheidt hij speciale stoffen af, onder meer om de huid te verdoven en ervoor te zorgen dat het bloed niet stolt. Voorlopig kan hij zijn behoefte aan vers, warm bloed bevredigen. Voor de teek: missie geslaagd. Op zich kan een tekenbeet niet zoveel kwaad. Het probleem wordt gevormd door de bacteriën die de teek kan overdragen.

## Ziekte van Lyme

Larven van de ons bekende schapenteek voeden zich het liefst met bloed van kleine dieren, zoals muizen en zangvogels, waar ze *Borrelia*-bacteriën kunnen opdoen. Hier blijven ze hun verdere leven mee besmet. Als ze later andere dieren bijten, bestaat de kans dat ze ook hun gastheer met de bacteriën besmetten. *Borrelia*-bacteriën kunnen bij mensen de ziekte van Lyme veroorzaken, ook wel bekend onder de naam Lymeborreliose. De ziekte van Lyme blijkt in Nederland steeds meer voor te komen. Waar huisartsen in 1994 'slechts' 6.000 mensen zagen met de eerste symptomen van deze aandoening, waren dat er in 2009 al 22.000, bijna vier keer zoveel!

Onderzoek door de universiteit van Wageningen toonde aan dat in 2009 gemiddeld 15 tot 20% van de teken in Nederland besmet was met de bacterie *Borrelia burgdorferi*. Het precieze

## Het Nederlandse Huisartsen Genootschap raadt aan in de volgende gevallen een arts te raadplegen:

“Het is belangrijk dat u contact opneemt, als u vanaf enkele dagen tot ongeveer drie maanden na de tekenbeet een van de volgende verschijnselen krijgt:

- een rode of blauwrode vlek op de huid die langzaam groter wordt;
- een rode of blauwrode vlek samen met griepachtige klachten zoals koorts, hoofdpijn of spierpijn;
- als u dubbel gaat zien of een scheef aangezicht krijgt;
- als u in uw arm of been pijn of tintelingen krijgt of weinig kracht meer heeft;
- als u gewrichtsklachten krijgt (als een of meer gewrichten dik en pijnlijk worden) meestal aan uw armen of benen.”

(NHG-patiëntenbrief, versie april 2009)

besmettingspercentage kan per seizoen en per plaats verschillen. Gelukkig is het niet zo dat iemand die door een besmette teek gebeten wordt ook perse de ziekte van Lyme ontwikkelt. Volgens een schatting van het RIVM ontstaat bij 1 op de 70 mensen met een tekenbeet de ziekte van Lyme.

## Symptomen

Het eerste symptoom is vaak het ontstaan van een rode vlek rond de plaats waar de teek gebeten heeft, in artsentaal: de erythema migrans. Dat betekent: een rode ring of vlek die zich steeds verder uitbreidt. Deze wordt vaak binnen enkele dagen tot weken na de tekenbeet waargenomen. Tot drie maanden na de beet kan de vlek nog ontstaan en bij 15% van de mensen met Lymeborreliose verschijnt er helemaal geen rode ring op de huid.

Het ontstaan van de erythema migrans vormt het eerste stadium van de ziekte van Lyme. Bij het tweede stadium kunnen zich enkele weken tot maanden na de beet ontstekingen in het zenuwstelsel, de gewrichten en het hart voordoen. Dat leidt tot pijn en bewegingsbeperking in armen en/of benen, hoofdpijn, dubbel zien en aangezichtsverlamming, waardoor het ooglid niet meer sluit en de mondhoek hangt. Hartklachten zijn zeldzamer. Bij het derde stadium (maanden tot jaren na de tekenbeet) worden

Foto Adindah Visser

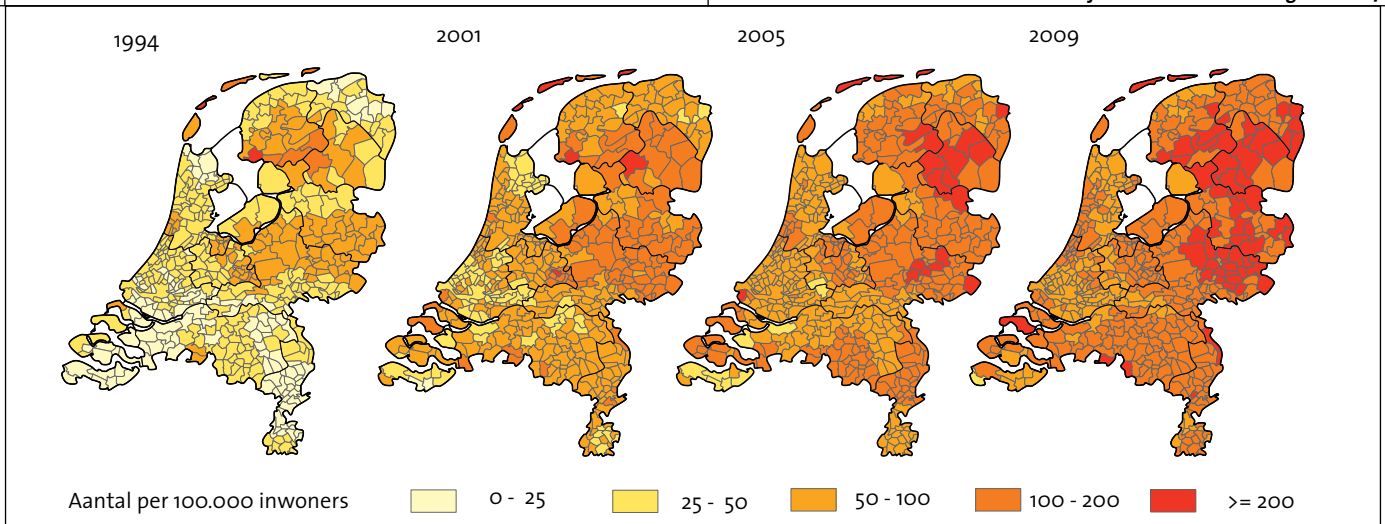


Teek op grasshalm

Foto RIVM/Bilthoven



Erythema migrans, de zich uitbreidende rode ring



Toename van de ziekte van Lyme 1994-2009 (gevallen van rode ring op de huid per gemeente) Bron: RIVM, Bilthoven

de neurologische verschijnselen, verlammingen en gewrichtsklachten chronisch. De huid van handen, onderarmen, onderbenen en voeten kunnen in sommige gevallen donkerrood tot paars verkleuren.

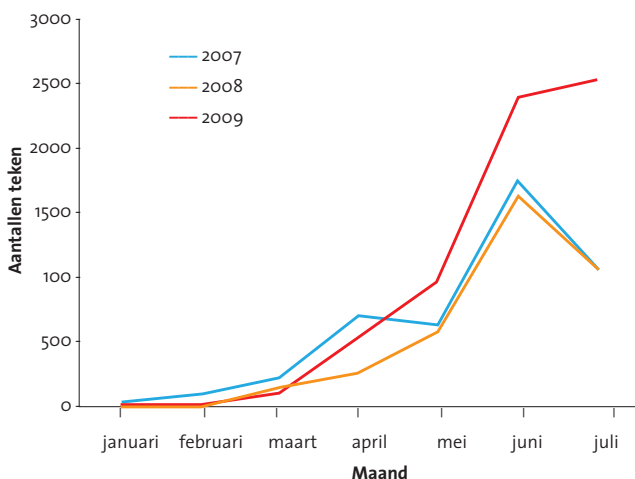
Als je één van de symptomen van Lyme waarneemt, bijvoorbeeld de rode ring, is het noodzakelijk direct naar de huisarts te gaan. Dit geldt ook als je die teek nooit hebt waargenomen op je lijf. Hoe eerder de behandeling gestart wordt, hoe groter de kans op een goed herstel.

### Voorkómen van een tekenbeet

Teken houden van schaduwrijke plekken, in lage gewassen, zoals gras, varens, lage struiken en in de strooisellaag in de buurt van bomen. Ze zitten zelden in bomen.

De meeste tekenbeten doen mensen op tijdens het tuinieren (ong. 30%) en tijdens wandelingen in het bos (ong. 40%). Als imkers vormen wij wat dat betreft een risicogroep, want veel imkers hebben kasten in een open veld of bosrijke omgeving staan. Hoog gras en lage struiken vergroten daar het risico gebeten te worden. Omdat we met bijen werken, is het niet verstandig insectenwerende middelen te gebruiken. Het beste werkt het dragen van beschermende, sluitende kleding: een lange broek met de pijpen in de sokken, lange mouwen en dichte schoenen.

Het is raadzaam je lichaam regelmatig op teken te controleren. Teken hebben de neiging om in huidplooiën te gaan zitten, zoals knieholtes, liezen, bilspleet en oksels, maar kunnen zich in principe



Aantal teken gevangen op 12 vanglocaties (gegevens: Wageningen Universiteit)

overal vastbijten. Ook op de benen worden ze vaak gevonden. Het is belangrijk goed te kijken, want nimfen (stadium tussen larve en volwassen teek) zijn slechts 1-1,5 mm groot en je ziet ze makkelijk aan voor bijvoorbeeld een moedervlek. Speciale tip: controleer de randjes van het ondergoed.



Een volgezogen teek

### Gebeten! Wat nu?

Als je gebeten bent door een teek moet je hem zo snel mogelijk verwijderen. Hoe eerder je dat doet, hoe kleiner het risico op besmetting. De Borrelia-bacterie verschanst zich in de middendarm van de teek en moet tijdens een beet van deze positie naar de speekselklieren van de teek verhuizen om bij het slachtoffer een infectie te kunnen veroorzaken. De bacteriën hebben voor deze tocht soms minder dan 24 uur nodig en daarom wordt geadviseerd een teek beslist binnen 24 uur na de beet te verwijderen. Dat kan met een puntig pincet of speciale teektang. De teek kan gewoon recht uit de huid getrokken worden, het maken van een draaiende beweging is niet nodig.

Het gebruik van olie of alcohol op de teek is af te raden, omdat de teek dan kan gaan braken en de eventuele bacteriën in de wond braakt. Ná verwijdering van de teek het wondje met een beetje alcohol ontsmetten. Als de snuit van de teek in de huid achterblijft, is dat geen probleem, die komt eruit, net als een splinter. Het is verstandig te noteren wanneer en waar (op het lichaam) de teek gebeten heeft. Lukt het niet de teek zelf te verwijderen, bezoek dan een huisartsenpost, liefst dezelfde dag.

### Bronnen

[www.natuurkalender.nl](http://www.natuurkalender.nl), [www.zorgatlas.nl](http://www.zorgatlas.nl), [www.rivm.nl](http://www.rivm.nl).