

## In the rough? Vermijd de teken!

Heeft u het ook gezien in het Nieuws of de krant? Er werden nog nooit zo veel teken geteld.

Wat is een teek? Een teek is een parasiet en is ongeveer even groot als een speldenknop. Een tekenbeet is meestal ongevaarlijk maar in sommige gevallen kan ze ziektes veroorzaken. Daarom is een snelle en correcte verwijdering van een teek belangrijk.



Vrijwilligers hebben vorig jaar een recordaantal teken gevangen in Nederland: liefst 16.500. Ook in België – waar de telling minder uitgebreid is – hadden we in tien jaar nooit zo veel teken. Gevaarlijk, want zo neemt ook het aantal tekenbeten toe én het aantal mensen met de ziekte van Lyme. Vrijwilligers vangen al zes jaar teken op elf vaste locaties in natuurgebieden verspreid in Nederland. De vangst voor 2013 lag met 16.500 teken 64 procent hoger dan het gemiddelde van de voorgaande zes jaar.

Op alle onderzochte locaties werden teken gevonden die met de *Borrelia-bacterie* waren geïnfecteerd, en die kan leiden tot de ziekte van Lyme. Uit analyses op basis van Tekenradar.nl blijkt één teek op de vijf die bacterie te dragen. 'En doordat we de deelnemers gedurende een langere tijd

volgen, konden we vaststellen dat 2 procent van de mensen die gebeten werden ook effectief de ziekte van Lyme kregen.'



Winge Golf & Country Club  
The pleasure of golf and nature together



## Preventieve maatregelen tegen teken

Dit kan eenvoudig in de vorm van kleding die het hele lichaam bedekt (lange broek, lange mouwen,...), en controle van de huid op de aanwezigheid van teken na verblijf in de roughs en de buiten spelzones. Het gebruik van teken-repellents op basis van N.N- dimethyl-m-toluamide (D.E.E.T.), aangebracht op de huid (niet bij kinderen) en kledij geven goede bescherming.

Na een golfronde waarbij u regelmatig de roughs hebt opgezocht wordt aangeraden systematisch het lichaam te inspecteren op de aanwezigheid van (dikwijls maar kleine) teken, vooral in de grote lichaamsplekken. De kans op ziekte-overdracht is vermoedelijk zeer klein indien men de teken binnen de 12 à 24 uur verwijdert.

## Toch gebeten? Hoe verwijder je een teek

- ✓ Teken beginnen pas na enkele uren bloed te zuigen waardoor ziektekiemen kunnen worden doorgegeven.
- ✓ Verwijder de teek zo snel mogelijk (binnen de 24 uur) om risico op besmetting te beperken.
- ✓ Neem de kop van de teek vast met een pincet en draai de teek eruit. Doe dit met een speciaal tekenpincet of tekenhaak, verkrijgbaar in de apotheek.
- ✓ Druk het lijfje niet in en neem de teek in zijn geheel weg. Blijft er een deel van de kop achter, wacht dan af en behandel de plaats met een eenvoudig ontsmettingsmiddel.
- ✓ Ontsmet in elk geval het wondje nadien grondig.
- ✓ Bij twijfel, onzekerheid of vermoeden van besmetting, contacteer de behandelend arts. Belangrijk: verdoof de teek niet vooraf met ether. De teek kan hierdoor besmet materiaal uitstoten.