

Is deze mail niet goed leesbaar? [Bekijk 'm in uw browser.](#)



Nieuwsbrief

maart 2026 | Jaargang 14 nr. 1

-
- [Week van de Teek - Broek in Sokken Dag](#)
 - [Tweede Kamer debat PAIS](#)
 - [Beurzen en evenementen](#)
 - [Voorlichting en onderzoek kosten geld](#)
 - [Nogmaals: TBE/FSME \(tekenencefalitis\)](#)
 - [En ook nog eens over het EM](#)
 - [Van de Wetenschappelijke Adviescommissie](#)
 - [TekenKennisTest](#)
 - [Op TikTok](#)
 - [In memoriam: Dr. Alan B. MacDonald](#)
 - [Word jij onze 10.000ste volger op Facebook?](#)
 - [Vergeet op 3 april niet uw broek in de sokken te dragen!](#)
-

[Week van de Teek - Broek in Sokken Dag 2026](#)

WEEK VAN DE TEEK – 30 maart t/m 3 april 2026

BEZOEK ONZE TEKENPREVENTIEBUS:



- **30 maart Zwolle: Grote Markt**
- **31 maart Houten: Yuverta mbo – Randhoeve 2**
- **1 april Velp: Yuverta mbo – Larensteinselaan 26 B**
- **2 april Enschede: Hogekamp plein Universiteit Twente**
- **3 april Hilversum: winkelcentrum Seinhorst**

BROEK IN SOKKEN DAG

3 april 2026

www.broek-in-sokkendag.nl



**Stichting
Tekenbeetziekten**
Van voorkomen tot genezen



Met dank aan



Occam



SJJ Solutions

Thuisvaccinatie.nl

Het is zeker niet het belangrijkste waar we mee bezig zijn, maar wél het meest tijdrovend: de Week van de Teek - Broek in Sokken Dag 2026. Ofwel onze Tekentoer. De locaties zijn allemaal definitief en de busbemanning per dag is geregeld (in de hoop dat iedereen gezond blijft).

Sprekers/entertainment

Nu zijn we nog zoekend naar interessante sprekers en/of entertainment als aandachtstrekker vóór onze TekenPreventieBus. Voelt u zich aangesproken?

[Mail alstublieft met de organisatie!](mailto:info@tekenpreventiebus.nl)

De webwinkel en doneren

In onze webwinkel kunt u o.a. onze speciaal voor de gelegenheid gemaakte Broek in Sokken sokken kopen. Ze zijn reuze vriendelijk geprijsd, dankzij onze sponsor [SJJ Solutions](#). In de webshop betaalt u voor [3 paar voor slechts € 12,50](#), inclusief BTW en verzendkosten. Straks in de bus betaalt u uiteraard geen verzendkosten en zijn de sokken dus nóg goedkoper. Door het dragen van deze sokken - over de broekspijpen - geeft u een opvallend en ludiek signaal af aan iedereen die u tegenkomt: **"Pas op voor teken! Voor een tekenbeetziekte, zoals Lymeziekte, is slechts één beet van zo'n piepklein beestje nodig!"**

Behalve sokken kunt u in [onze webshop](#) ook ansichtkaarten, speciale postzegels, flyers en posters bestellen, waarmee u uw vrienden, familie en buurt op onze actie attendeert en financieel steunt!

[Maar ook doneren kan via de website!](#)

EN ...

[Hier download](#) u materiaal voor op uw website of social media! Doen!

U zou ons een enorm plezier doen als u een voorbeeld van uw inspanningen t.b.v. de Week van de Teek aan ons zou willen opsturen:

hallo@broekinsokkendag.nl. Maar ook als u ergens een artikeltje tegenkomt over de Week van de Teek of Broek in Sokken Dag, houden we ons aanbevolen voor een kopietje!

Tweede Kamer debat PAIS

Op 29 januari 2026 debatteerde de Tweede Kamer voor het eerst uitgebreid over post-acute infectiesyndromen (PAIS). Een historisch moment voor naar schatting 650.000 Nederlanders die leven met langdurige klachten na infecties zoals covid, Q-koorts, sepsis, ME/cvs, legionella en Lymeziekte. **Dat zijn 1 op de 28 Nederlanders die ziek zijn.**

Hieronder ziet u het stemgedrag per partij; wellicht handig om te weten tijdens de komende Gemeenteraadsverkiezingen.

Stemgedrag rondom PAIS

			Min VWS	SP	DENK	GL-PvdA	CU	PvdD	50 PLUS	Volt	SGP	PVV	JA21	GM	BBB	FvD	D66	VVD	CDA	
✓	SP	Structurele financiering Q-koortscentrum		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✗	✗	✗
✗	SP	Excuses aanbieden slachtoffers Q-koorts		✓	✓	✓	✓	✓	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✓	✗	✗	✗	
✓	GL-PvdA	Voortbestaan expertisecentra garanderen	o	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✗	✓	✗	✗	✗	
✓	GL-PvdA	Brede meerjarige aanpak van PAIS	OK	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
✓	GL-PvdA	Sociaal vangnet ook toegankelijk voor PAIS-patiënten	Min. SZ: OK	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
✗	SP	Extra aandacht zwaarst getroffen patiënten	o	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	
✗	SP	Richtlijnen opstellen voor keuringsartsen	Min. SZ: OK	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✗	✗	✓	✗	✗	✗	✗	
✓	CU	In gesprek gaan over Duitse PAIS aanpak	OK	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✗	✓	✓	✓	
✓	CU	Kinderen en jongeren met PAIS niet vergeten	o	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
✓	CU	Kennis en kunde uit expertisecentra zsm toelaten en vergoeden	OK	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✗	✓	✓	✓	
✗	FvD	Subsidiëren van postvaxonderzoek	o	✓	✓	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✓	✗	✓	✗	✗	✗	
✗	PvdD	Levende medische PAIS richtlijnen naar voorbeeld van HIV-richtlijn	o	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗	
✓	PvdD	Investering in PAIS-beleid inzichtelijk maken om toegang tot zorg en ondersteuning te bieden	o	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
✗	PvdD	Voorlichtings- en preventieplan omtrent PAIS	o	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✗	✓	✗	✗	✗	✗	
✓	50 PLUS	Aandacht in PAIS-beleid voor gevolgen inzetbaarheid op arbeidsmarkt en kennispositie (keurings-)artsen	OK	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
✓	PVV	Voorzien in behoefte aan informatie over postcovid bij kinderen	OK	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	

#JONGCOVID

O = Ontraden OK = Oordeel Kamer

Beurzen en evenementen

In januari en februari hebben we weer met een stand op de SVR Vakantiebeurzen (in Hardenberg en Gorinchem) gestaan en drie dagen op de Fiets en Wandelbeurs in de Jaarbeurs in Utrecht.

Dit soort evenementen zijn heel belangrijk voor ons als stichting. We bereiken een groot publiek met onze boodschap en we realiseren wat extra omzet. Maar het belangrijkste zijn de gesprekken. Zowel met mensen die een tekenbeet aan den lijve hebben ondervonden en er al dan niet (heel erg) ziek van zijn geworden, als met mensen die geloven in fabeltjes. Het hardnekkigste fabeltje: een teek trek je draaiend van de huid! NIET doen! De kunst is een teek levend van uw lichaam te verwijderen.

De aardigste tip kwam van iemand die op een camping was geweest, waar de eigenaar één verkleedhokje had omgebouwd tot een "spiegelhokje", waardoor óók alleengaande reizigers elke avond een tekencheck konden doen! Daar moeten er meer van komen!

Wie wil helpen?

We hebben nog wat evenementen op ons verlanglijstje staan, maar we zijn enorm afhankelijk van vrijwilligers om de stands te bemensen! Twee voorbeelden:

- **15, 16 en 17 mei: Gamefair** Nederland op Landgoed Middachten in De Steeg
- **22 en 23 augustus: Houthakkersfeest** op het Evenemententerrein 'Recreatiekuil Drakensteyn' Hoge Vuurscheweg, Lage Vuursche

Als u zin hebt om ons op genoemde dagen te helpen op een stand: [alstublieft meld u zich aan!](#)

Als u zelf een beurs of evenement weet, waar u graag een stand zou willen bemannen, ook dan horen we graag van u!



Voorlichting en onderzoek kosten geld

Dat hoeven we hopelijk niet meer uit te leggen. We zijn een ongesubsidieerde vrijwilligersorganisatie, die het belangrijk vindt om zoveel mogelijk Nederlanders te informeren over de risico's van een tekenbeet, zodat zo weinig mogelijk kinderen en mensen een tekenbeetziekte, zoals de ziekte van Lyme oplopen.

We doen met ons allen reuze ons best om zoveel mogelijk zichtbaar en hoorbaar te zijn, maar we kunnen niet zonder jouw steun!

Alvast heel erg hartelijk dank voor uw betrokkenheid.

Help mee en doneer hier!

Nogmaals: TBE/FSME (tekenencefalitis)

WAT IS TBE?

TBE kan worden opgelopen door een beet van een besmette teek, en soms ook door het eten of drinken van rauwe melkproducten. Het kan hersenontsteking (encefalitis) veroorzaken, met zeer ernstige gevolgen. In Nederland is dit gevaarlijke virus vrij nieuw en komt nog heel weinig - maar steeds vaker - voor. Dit is zorgelijk omdat er geen behandeling voor is.

HOE VOORKOMT U TBE?

In tegenstelling tot de Borrelia-bacterie, die minimaal enkele uren nodig heeft om van een besmette teek in uw bloedbaan terecht te komen, kan het TBE-virus al binnen enkele minuten na een tekenbeet worden overgedragen. Dus als de teek het virus bij zich draagt is het onvermijdelijk dat u het virus binnenkrijgt. Om TBE te voorkomen is het nodig dat u geen tekenbeten oploopt! En u kunt overwegen om u te laten vaccineren.

MOET IK ME LATEN VACCINEREN?

Het vaccinatieprogramma in Nederland bestaat uit 3 prikken verspreid over 6 tot 15 maanden. Een eerste boosterprik na 3 jaar en daarna om de (meestal) 5 jaar, zorgt voor blijvende bescherming. Als reisvaccinatie kunnen vaak de eerste 2 prikken vóór de reis genomen worden en dan na een half jaar de derde.

Vaccinatie met het TBE/FSME-vaccin wordt aangeraden voor mensen die op reis gaan naar landen/gebieden waar TBE veel voorkomt ([zie onze webpagina](#)) en daarbij veel in de natuur verblijven: **begin uiterlijk 5 tot 8 weken vóór de reis!**

Ga naar [GGD Reisvaccinaties](#) voor alle informatie, kosten en persoonlijk advies. Ook bij [Thuisvaccinatie](#) kunt u zich laten vaccineren (vaak aan huis!)

Let op: het TBE/FSME-vaccin werkt niet tegen de ziekte van Lyme.

En ook nog eens over het EM

In een ideale wereld verschijnt een Erythema Migrans op een zichtbare plek en ziet er zo uit: (nou ja, in een ideale wereld droeg geen enkele teek de Borrelia-bacterie met zich mee.)



Deze "schietschijf" is HET signaal dat u de ziekte van Lyme heeft opgelopen: testen is onnodig, zo spoedig mogelijk een voldoende lange antibioticakuur is echter een MUST! En ja, dit signaal verdwijnt zonder behandeling meestal ook weer vanzelf, maar dat betekent niet dat de Borrelia-bacterie (de ziekte van Lyme veroorzaakt) verdwenen is. Dus naar de huisarts ermee!

Uit de Lyme Preventie Monitor van het Lyme Fonds - die in 2023, 2024 en 2025 in totaal door 10.397 respondenten werd ingevuld - blijkt dat zo'n **18%** van alle mensen die een EM constateert er NIET mee naar de huisarts gaat! Een verontrustend hoog percentage!

Daarnaast heeft de medische wetenschap meermaals bewezen dat van alle tekenbeetziekten-patiënten zo'n 30 - 70% nooit een EM heeft gezien! Dat is niet zo raar, omdat teken vaak op "onzichtbare" plekken dineren, op plekken waar u niet dagelijks kijkt (bijvoorbeeld tussen de benen) of die u niet kunt zien (bijvoorbeeld onder het haar).

Verder verschijnt zo'n EM vaak ook niet als zo'n mooie schietschijf, maar kan allerlei vormen aannemen. En deze is zeker op een gekleurde huid lastig te herkennen. Oók voor de huisarts!



De RIVM-tellingen van het jaarlijkse aantal Lyme-gevallen (nu 27.000 per jaar) is gebaseerd op hoe vaak huisartsen een EM in de praktijk hebben zien

langskomen. En hier gaat het dus mis. Want hierin worden dan zoveel zaken NIET meegenomen: het aantal keren dat een EM niet verschijnt, opgemerkt of herkend wordt, het aantal keer dat men met een EM niet naar de huisarts gaat of - en helaas krijgen we er nog steeds regelmatig berichten over - dat de huisarts het EM niet herkent en de patiënt een zalfje mee geeft om de plek te behandelen.

Meer weten over het EM? [Zie onze webpagina hierover.](#)

Van de Wetenschappelijke Adviescommissie

In december '25 heeft de WAC, via de PAIS-alliantie, samen met de Lymevereniging een bijdrage geleverd aan een reactie op het concept-advies van de Gezondheidsraad over Post-Covid en PAIS, waar een passage over Lymeziekte in stond. Het concept-advies is vertrouwelijk, al was de kern ervan per abuis al gepubliceerd: <https://www.ntvg.nl/artikelen/postacute-infectiesyndromen>.

[Zie hier het commentaar erop van Anil van der Zee.](#)

In 2023 is de herziening van de richtlijn somatisch-symptoomstoornis en functioneel-neurologisch-symptoomstoornis (oude titel: SOLK en somatoforme stoornissen) op initiatief van de Nederlandse Vereniging voor Psychiatrie (NVvP) gestart. Via de PatiëntenFederatie zijn we uitgenodigd een reactie te geven op de concept-richtlijn (begin februari), dat we, omdat we in PAIS-alliantie deelnemen, hebben afgestemd met 'Steungroep ME en arbeidsongeschiktheid' en 'Sepsis en daarna'. Ook deze conceptrichtlijn is vertrouwelijk.

Tot slot hebben we half februari input geleverd, afgestemd en gebaseerd op eerdere onderzoeksagenda's met de Lymevereniging, voor een "inventarisatie tweede subsidieronde ZonMW onderzoeksprogramma Infectieziektebestrijding 2025-2030", op uitnodiging van ZonMW. Onze input is voor geïnteresseerden op te vragen bij de [Wetenschappelijke Adviescommissie](#).

TekenKennisTest

Nadat het Lymefonds stopte hebben wij als stichting toestemming gekregen van Fred Verdult om, in navolging van zijn Lyme Preventie Monitor, onze eigen TekenKennisTest op te zetten. Uiteraard hopen we hiermee net zulke leerzame resultaten te behalen als het Lymefonds heeft gedaan.

Dus, help ons alsjeblieft een handje en [vul 'm in!](#) Waarvoor alvast heel erg veel dank!

TekenKennisTest

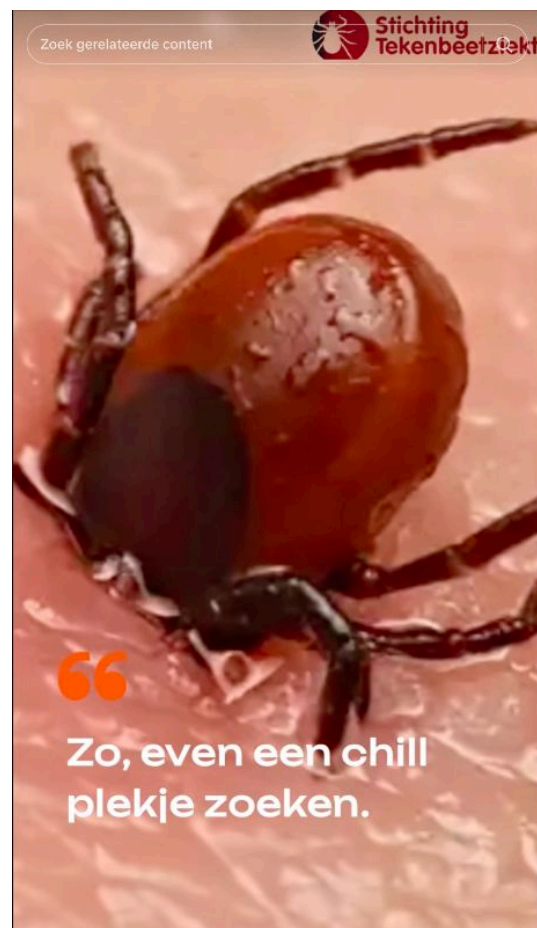
Wat weet je eigenlijk van teken en tekenbeetziekten?

Doe je iets om tekenbeten en de ziekte van Lyme te voorkomen?
Weet je het verschil tussen feiten en fabels als het gaat om teken, tekenbeten en de ziekte van Lyme?
Ontdek het hier!

Nu starten

Op TikTok

In het najaar van 2025 werd de stichting benaderd door Farah, een 18-jarige studente, die zich aanbood als vrijwilliger. Ze liet weten dat haar hobby portrettekenen is, waar ze meerdere keren medailles mee gewonnen heeft. "Ik ben ook geïnteresseerd in de zorg en mijn droomberoep is arts. Daarom lijkt het mij zeer leuk om mijn hobby en mijn interesse in de zorg met elkaar te combineren voor het goede doel door tekenlessen te geven aan kinderen met afwijkingen. Het gaat me echt opvrolijken!" liet ze weten. Nu zijn we geen patiëntenorganisatie, dus dat van die tekenlessen was geen optie. Maar we zaten te springen om iemand die met name ons TikTok-account zou kunnen invullen. Want daar zijn wij allemaal veel te oud voor!



"Zou je dat wat lijken, Farah?" "Ja hoor!", was het spontane antwoord. En dus ging ze aan de slag: ze bestudeerde onze sites, bekeek tientallen filmpjes, maakte zich het videoprogramma eigen, kortom ze was nachtenlang fanatiek bezig zich in de materie te verdiepen. En toen volgden de filmpjes! En binnen de kortse keren hadden we zowel volgers als likes, iets dat ons in al die jaren niet gelukt was. Dus Farah: heel erg hartelijk bedankt!

In memoriam: Dr. Alan B. MacDonald



Op 14 januari jl. overleed dr. Alan B. MacDonald.

Dr. MacDonald was patholoog, een arts wiens werk zich richtte op het bestuderen van ziekten op microscopisch niveau. Vanaf de jaren 80 gebruikte hij zijn expertise om door teken overgedragen ziekten te onderzoeken door menselijk weefsel rechtstreeks te bestuderen.

Een van Dr. MacDonalds belangrijkste bijdragen kwam voort uit zijn onderzoek naar hersenweefsel van mensen met de diagnose Alzheimer. In sommige gevallen rapporteerde hij de aanwezigheid van structuren die consistent waren met *Borrelia burgdorferi*, de bacterie die geassocieerd wordt met de ziekte van Lyme, waaronder spiraalvormige en ronde vormen.

Dr. MacDonald was ervan overtuigd dat onderzoek naar ziek weefsel informatie kon onthullen die niet altijd alleen via bloedonderzoek aan het licht kwam. Dit perspectief droeg bij aan een bredere kijk op de ziekte van Lyme en moedigde onderzoekers en artsen aan om naast traditionele tests ook weefselonderzoek te overwegen.

Naast zijn werk in het laboratorium droeg Dr. MacDonald ook bij aan de publieke discussie over onderzoek naar de ziekte van Lyme. Hij verscheen in de documentaire [Under Our Skin](#), waarin hij zijn pathologische bevindingen deelde en kijkers hielp de complexiteit van de ziekte van Lyme beter te begrijpen. Zijn deelname droeg bij aan de voorlichting van patiënten, families en artsen en gaf zichtbaarheid aan wetenschappelijke vragen die velen nog nooit eerder hadden horen bespreken.

De Lyme community is Dr. MacDonald zeer dankbaar voor zijn toewijding, moed en bereidheid om de diepte in te gaan. Zijn werk heeft bijgedragen aan een beter begrip van de ziekte van Lyme, en zijn bijdragen hebben een blijvende impact gehad op onderzoek, onderwijs en belangenbehartiging.

Zie ook zijn website: <https://alzheimerborreliosis.net/>



Een ode en aandachtstrekker van een van onze volgers!

Word jij onze 10.000e volger op Facebook?

Die wens is in 2025 dus helaas niet uitgekomen. Het is een weg die bestaat uit twee stappen voorwaarts en weer eentje terug. Er melden zich voldoende volgers aan, maar er melden zich ook veel volgers af. Dat resulteert erin dat we momenteel **9.941** volgers op Facebook tellen. Het lijkt een kleine stap naar die felbegeerde 10.000. Helpt u ons?

Volg ons hier: <http://www.facebook.com/tekenbeetziekten>

En vergeet niet op 3 april uw broek in de sokken te dragen!



Het is een krachtig en ludiek signaal aan iedereen dat het belangrijk is om je te beschermen tegen een tekenbeet! Want met 1,5 miljoen tekenbeten per jaar is de kans dat ú een van de slachtoffers bent best heel groot!

Colofon

Het bestuur van de Stichting Tekenbeetziekten bestaat uit:

- Diana Uitdenbogerd, vice-voorzitter en onderzoek
- Robbert F. de Vries, secretaris en 2e penningmeester
- Regina Kemper, 1e penningmeester
- Bea Werner, marketing en fondsenwerving

Aan deze nieuwsbrief werkten o.a. mee:

- Bea Werner, eindredactie en vormgeving
- Diana Uitdenbogerd, algemeen redacteur
- Janneke, redacteur en tekstcorrectie





Like ons op Facebook



Volg ons op X (voorheen Twitter)



Volg ons op Instagram



Volg ons op LinkedIn



Ga naar onze website



Mail uw suggesties

*Copyright © 2026 **Stichting Tekenbeetziekten**, All rights reserved.*

Hier kunt u de inschrijving op onze nieuwsbrief aanpassen.

[Hier kunt u uw gegevens wijzigen](#) en [hier kunt u zich afmelden van toezending van de nieuwsbrief](#).