

# Dossier

## Ziekte van Lyme

Een tekenbeet leidt lang niet altijd tot de ziekte van Lyme. Hoe zit dat?



GEZOND  
BLIJVEN &  
GEZOND  
WORDEN

### 18 Oorzaak

De spiraalvormige bacterie *Borrelia burgdorferi* is de boosdoener van de ziekte van Lyme

### 19 Achtergrond

Teken zijn parasieten die zich vastbijten in de huid om zo bloed op te zuigen

### 21 Interview

Internist-infectioloog Niekie Spoorenberg vertelt dat Lyme-ziekte goed te behandelen is

### 23 Feiten & cijfers

Zo'n 2 op de 100 tekenbeten leiden in Nederland tot de ziekte van Lyme

## Kort

## Geschiedenis

## Sinds wanneer kennen we Lyme?

In de zomer van 1975 kampten opeens veel inwoners van het Amerikaanse plaatsje Old Lyme met gewrichtsklachten. Het viel op dat veel van hen kort daarvoor waren gebeten door een teek, een bloedzuigende parasiet. Het nieuws ging de wereld over en de aandoening kreeg de naam 'ziekte van Lyme'. De Amerikaanse insectenonderzoeker Willy Burgdorfer ontdekte in 1982 de echte veroorzaker van de ziekte: een spiraalvormige bacterie die de teek bij zich kan dragen. We kennen die nu als de lymbacterie of *Borrelia burgdorferi*.

## Tekengevaar

## Meld een beet

Op [tekenradar.nl](http://tekenradar.nl) staat veel over tekenbeten en de ziekte van Lyme. Hier kun je ook melden dat je gebeten bent door een teek. Zo help je mee in kaart brengen waar de meeste teken in Nederland zitten. Je kunt via deze website ook meedoen aan onderzoek naar de gevolgen van een tekenbeet.

De kaart van Nederland op [tekenradar.nl](http://tekenradar.nl) toont dat in Drenthe het tekengevaar het grootst is. Uit die provincie komen relatief de meeste meldingen van rode vlekken of kringen op de huid (erythema migrans). Zo'n vlek is vaak het eerste symptoom van Lymeziekte.



## Voorzorgsmaatregelen

## Tekengebten voorkomen

Natuurlijk kun je een tekenbeet het best voorkomen, zodat je de ziekte van Lyme niet krijgt. Met deze maatregelen maak je de kans op een tekenbeet zo klein mogelijk.

- ▶ Blijf in de natuur zo veel mogelijk op de paden.
- ▶ Draag gesloten schoenen en kleding die je armen en benen bedekken. Stop je broekspijpen in je sokken.
- ▶ Draag lichtgekleurde kleding, zodat je een teek beter ziet.
- ▶ Gebruik een insectenwerend middel met DEET op je onbedekte huid.
- ▶ Wees ook in de tuin bedacht op tekenbeten. Teken zitten vooral in hoog gras of tussen gevallen bladeren. Ze vallen niet uit bomen.

## Controleren

## Hoe herken je een teek?

Teken zien eruit als kleine, platte zwart-bruine spinnetjes. Een teek bijt zich vaak vast op een warm plekje, zoals de knieholte, oksel of nek. Hij ziet er dan uit als een donker puntje (1 tot 3 millimeter) dat vastzit in de huid. Doordat hij zich volzuigt met bloed wordt hij groter, bolvormiger en meer grijs-bruin van kleur.

Verwijder de teek rustig en in één beweging met een puntige pincet. Houd die parallel aan de huid en trek de teek er voorzichtig uit, zonder te draaien. Lees bij het gebruik van een tekentang de gebruiksaanwijzing. Maak het wondje schoon met alcohol. Ga naar de huisarts als de teek vermoedelijk langer dan 24 uur heeft vastgezet of als er een vlek op de beetplek ontstaat.



## MEER INFORMATIE

Op [gezondgids.nl/verdieping](http://gezondgids.nl/verdieping) staan de bronnen van deze berichten

## Achtergrond

# Teken maken je vaak niet ziek

Het aantal teken - en daardoor ook tekenbeten - stijgt hard in Nederland. Een beet leidt gelukkig lang niet altijd tot de ziekte van Lyme. Blijf niettemin alert op de alarmsignalen.

• Teken zien eruit als kleine, platte spintjes. Ze komen voor in bossen, duinen, heidegebieden, weilanden, parken en tuinen. Teken zijn parasieten die zich voeden door zich vast te bijten in de huid en bloed op te zuigen. Dat is vrij onschuldig, maar een teek kan daarbij wel de ziekmakende lymebacterie overbrengen.

'Bij het RIVM volgen we al ruim 25 jaar hoeveel teken er in Nederland zijn en hoe vaak de ziekte van Lyme voorkomt', vertelt Kees van den Wijngaard, epidemioloog bij het RIVM. 'We vragen huisartsen om de paar jaar hoe vaak ze patiënten met de ziekte van Lyme zien. Ook via bevolkingsonderzoeken krijgen we cijfers over het aantal tekenbeten. Jaarlijks zijn dat er nu ongeveer 1,5 miljoen, waarna zo'n 27.000

keer de ziekte van Lyme wordt vastgesteld. Veruit het grootste deel van de tekenbeten zorgt dus niet voor lymeziekte.'

## Speekselklier

Zelfs teken die besmet zijn met de lymebacterie zorgen lang niet altijd voor de ziekte. Het kan zijn dat je lichaam de lymebacterie zelf opruimt zonder dat je ziek wordt. Maar het kan ook dat je de teek op tijd verwijderd hebt. 'De bacterie leeft in de darm van de teek en heeft tijd nodig om naar de speekselklier van de teek te verhuizen en vandaar naar de mens over te stappen. Hoe sneller je een teek verwijdert, hoe lager de kans op besmetting. Doe daarom altijd een tekencheck na een bezoek aan een groene omgeving.' ▶

## Experts aan het woord



**Gert Blaauw (1964)** is arts-microbioloog bij Gelre ziekenhuizen en verbonden aan het Lyme Centrum Apeldoorn.



**Kees van den Wijngaard (1976)** is epidemioloog en onderzoeker bij het RIVM. Hij richt zich vooral op tekenbeten en de ziekte van Lyme.



## Bij zo'n 9 op de 10 besmettingen is een rode ring of vlek op de huid te zien

De lymebacterie is lastiger aan te tonen dan bijvoorbeeld bacteriën die een blaasontsteking geven, zegt arts-microbioloog Gert Blaauw van Gelre ziekenhuizen en het Lyme Centrum Apeldoorn. 'Om te kijken of je weleens in aanraking bent geweest met de lymebacterie doen we vaak een antistof-test. Daarmee bekijken we of je lichaam een afweerreactie tegen de bacterie is begonnen.' Zo is indirect te zien of je ooit met de bacterie besmet bent geweest. 'Belangrijk om te beseffen is dat de aanwezigheid van die antistoffen niet automatisch betekent dat de klachten die je op dat moment hebt, veroorzaakt worden door de lymebacterie', benadrukt Blaauw. 'Het kan ook zo zijn dat de bacterie allang is opgeruimd. Een deel van de antistoffen blijft vermoedelijk jarenlang in je lichaam.'

### Reeën

Sinds eind vorige eeuw is het aantal teken in Nederland enorm toegenomen. 'Klimaatverandering is vermoedelijk een van de oorzaken. De warme seizoenen duren lan-

ger, waardoor teken zich vaker kunnen vermenigvuldigen. En er zijn veel meer reeën in Nederland gekomen', vertelt epidemioloog Van den Wijngaard. 'Tekenen gebruiken reeën vaak voor een bloedmaaltijd, waardoor ze meer eitjes kunnen leggen.'

In de warmere maanden vinden de meeste tekenbeten plaats, ook al kunnen ze het hele jaar optreden. Het is daarom van belang alert te zijn bij een rode ring of vlek op de huid. Bij zo'n negen op de tien besmettingen met de lymebacterie is dit verschijnsel namelijk te zien. Vroeger werd er in voorlichtingsmateriaal een rode cirkel op de huid getoond die in het midden bleker is. Dat is typisch voor de ziekte van Lyme, maar veel mensen hebben een iets minder opvallende, egale rode vlek. 'Kenmerkend voor beide is dat de rode ring of vlek zich vanaf de plek van de tekenbeet geleidelijk rondom uitbreidt', legt Van den Wijngaard uit. 'Ga met zo'n huidverkleuring altijd snel naar de huisarts.'

### PCR-test

Wanneer de lymebacterie zich verder door het lichaam verspreidt kan dat verschillende klachten geven. Zo is een verlamming van spieren in het gezicht bij kinderen vrijwel altijd te wijten aan Lyme. Ook volwassenen kunnen zo'n aangezichtsverlamming krijgen. Blaauw: 'Om te onderzoeken of de lymebacterie hiervan de oorzaak is, kunnen we met een ruggenprik wat hersenvocht afnemen om te kijken of de bacterie daarin zit. Daarbij kijken we naar antistoffen in het hersenvocht en doen we

een PCR-test, het type test dat vrijwel iedereen nu kent door het coronavirus. Met zo'n PCR-test zoeken we naar wat erfelijk materiaal, in dit geval van de lymebacterie. Zo'n zelfde test kunnen we doen bij een ontsteking in een gewricht.' Als de lymebacterie in een gewricht gaat zitten, is dat vaak het kniegewricht. 'Omdat je er weefsel voor moet afnemen, is dit soort testen behoorlijk ingrijpend. We doen ze daarom alleen bij een duidelijk vermoeden van de ziekte van Lyme.'

### Virussen

Vrijwel in alle landen komen teken voor die ziektes kunnen overdragen. De ziektes die ze bij zich dragen kunnen overal net iets anders zijn. Ook in Nederland kunnen teken besmet zijn met een aantal andere ziekteverwekkers dan de lymebacterie. 'Relatief veel teken dragen een of meerdere bacteriën, virussen of parasieten bij zich die je ziek kunnen maken', vertelt Van den Wijngaard. 'Toch worden andere tekenbeetziekten weinig gemeld. We onderzoeken nu hoe dat komt.'

Dit gebeurt in de zogenaemde Pandora-studie, een samenwerking tussen het RIVM en het Multidisciplinair Lymeziekte Centrum in Amsterdam. 'Het kan zijn dat andere tekenbeetziekten weinig voorkomen, maar het is ook mogelijk dat ze gemist worden. Bijvoorbeeld omdat de klachten worden aangezien voor die bij de ziekte van Lyme. De antibioticakuur die daarvoor wordt gegeven, werkt ook bij de meeste andere tekenbeetziekten.' ■

