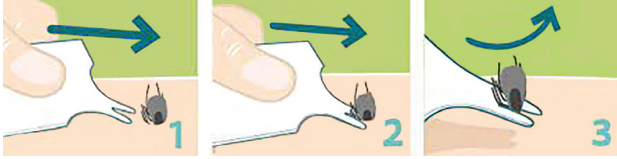


Kene çıkarma kartının kullanım talimatı ve kene kaynaklı hastalıklar hakkında genel bilgi

Neden kene kartı?

- Hollanda'da her yıl yaklaşık 1,5 milyon kene ısırığı görülmektedir.
- Ortalama olarak her üç keneden yaklaşık biri, Lyme hastalığına neden olan *Borrelia burgdorferi* bakterisini taşımaktadır.
- Kenelerin yaklaşık yarısı bir veya daha fazla hastalık etkenini taşımaktadır.
- Yaklaşık her 20 kene ısırığından biri, üç ay içinde Lyme hastalığına yol açmaktadır.
- Risk; kenenin enfekte olup olmamasına, deriye ne kadar süre tutunduğuna ve ezilmeden ya da tahriş edilmeden çıkarılıp çıkarılmadığına bağlıdır. Bu nedenle kenenin mümkün olan en kısa sürede ve doğru şekilde çıkarılması çok önemlidir.
- Ancak bu durum TBE/FSME virüsü taşıyan keneler için geçerli değildir. Bu virüs, enfekte bir kenenin ısırmasıyla hemen bulaşabilir.



Kene kartının kullanımı

Bu kene kartını çantanızda, telefon kılıfınızda veya cüzdanınızda kolayca taşıyabilirsiniz. Bu nedenle kartı her zaman elinizin altında bulundurun.

- Kartın çentiğini kenenin altına kaydırın.
- Kartı yavaşça ileri doğru kaydırın.
- Kartı kene ile birlikte deriden uzaklaştırın.
- Kene ulaşılması zor bir yerdeyse çıkarma işlemi için yardım isteyin.
- Kenenin gövdesini sıkmayın; bu bulaşma riskini artırabilir.
- Keneyi tahriş edebilecek herhangi bir madde kullanmayın.
- Isırık yerini ve gerekirse daha sonra kartı da en az %70 alkol veya iyotla dezenfekte edin.
- Isırığın tarihini ve vücuttaki yerini not edin.
- Kene ısırığını aile hekiminize bildirin ve bu bilginin tıbbi dosyanıza kaydedilmesini sağlayın. Ayrıca ısırığı tekenradar.nl adresine veya Belçika'da yaşıyorsanız tekennet.sciensano.be adresine kaydedin.
- Isırık yerinin fotoğrafını çekin ve sonraki değişiklikleri takip edin.
- Altı ay boyunca genişleyen leke veya halka, grip benzeri şikâyetler ya da başka belirtiler açısından dikkatli olun.

- Kene çıkarıldıktan sonra ısırık yeri hafif tahriş olmuş görünebilir; bu tek başına endişe nedeni değildir.
- Çıkarılan keneyi verilen kilitli poşete koyabilir veya bant içine alarak çöpe atabilirsiniz.
- Web sitemizde kenenin hastalık etkenleri açısından test edilmesi ve ısırıktan hemen sonra antibiyotik kullanımının artıları ve eksileri hakkında daha fazla bilgi bulabilirsiniz.

Kene ısırığını önlemek

Kene kaynaklı hastalıklardan korunmanın en etkili yolu, kene ısırığını önlemektir. Bunun için aşağıdaki önlemleri alın:

- Doğada mümkün olduğunca patikalarda kalın ve çalılklardan kaçının.
- Kapalı ayakkabı, uzun kollu giysiler ve paçaları çorap içine sokulmuş uzun pantolon gibi cildi örten giysiler giyin.
- Açık renkli giysilerde keneleri görmek daha kolaydır.
- Çocuklar için şapka ek koruma sağlayabilir.
- Giysilerinize ve cildinize DEET, IR3535, pikaridin veya limon okaliptüs yağı (citriodiol) içeren spreyler kullanabilirsiniz; bu ürünler keneyi öldürmez, uzak tutmaya yardımcı olur.
- Yürüyüşten veya bahçe işlerinden sonra cildinizi ve giysilerinizi kene açısından dikkatlice kontrol edin.
- Keneler özellikle diz arkası, koltuk altı, kasık, kulak arkası ve saç çizgisi gibi sıcak ve nemli bölgeleri tercih eder.
- Giysilerinizi en yüksek ayarda yaklaşık yarım saat kurutma makinesine koyun; keneler 60°C'nin altındaki yıkama sıcaklıklarında hayatta kalabilir.
- Evcil hayvanları eve girmeden önce kene açısından kontrol edin.

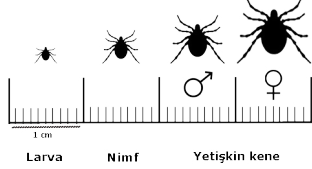




Keneler

Kene, insan ve hayvanların kanıyla beslenen küçük, örümceğe benzer bir canlıdır. Keneler doğada her yerde bulunur; yalnızca ormanlarda, kumullarda ve kırsal alanlarda değil, parklarda ve bahçelerde de görülür.

Özellikle 1–2 mm büyüklüğündeki nimf evresindeki keneler, çok sayıda oldukları ve kolayca gözden kaçabildikleri için pratikte önemli bir risk oluşturur.



Keneler çoğunlukla yere yakın yerlerde, örneğin alçak çalılarda veya otların üzerinde bulunur. Yılın büyük bölümünde aktiftirler; özellikle 5°C'nin üzerindeki sıcaklıklarda ve nispeten nemli koşullarda.

Lyme hastalığı

Bir kene, yaşam döngüsünün her evresinde ısırık sırasında bakteri, virüs ve parazit bulaştırabilir. Bunlar çeşitli hastalıklara yol açabilir. En bilinen kene kaynaklı hastalık Lyme hastalığıdır. Lyme hastalığında tedaviye ne kadar geç başlanırsa, hastalığın daha ağır seyretme ve kronikleşme riski o kadar artar.

Isırdan hemen sonra kene kaynaklı bir hastalık kapıp kapmadığınızı gösteren güvenilir bir test ne yazık ki yoktur. Bu nedenle altı ay boyunca olası belirtilere dikkat edin ve belirtiler ortaya çıkarsa hemen aile hekiminize başvurun.

Erythema Migrans (EM)

Isırdan sonraki 3–4 ay içinde deride giderek büyüyen bir leke veya halka, Lyme hastalığının güçlü bir göstergesidir. Bu durumda mümkün olan en kısa sürede tedaviye başlanmalıdır. Açık tende EM kırmızı veya pembe görünebilir; koyu tende mavimsi ya da morumsu, morluk benzeri görünebilir.



EM tedavisiz kaybolabilir; bu hastalığın geçtiği anlamına gelmez.

Lyme hastalığının diğer belirtileri

- EM, Lyme hastalığı olan herkeste ortaya çıkmaz ve farklı şekillerde, çok açık renkte ya da fark edilmesi zor bir yerde bulunduğu fark edilmeyebilir.
- Lyme hastalığında grip benzeri şikâyetler, ateş, baş ağrısı, bulantı, boyun tutulması, kas ve eklem ağrıları, sinir ağrısı ve başka belirtiler görülebilir.

Ortalama olarak Lyme hastalığı geçiren kişilerin %10–20'sinde uzun süreli veya kalıcı şikâyetler ve kısıtlılıklar gelişebilir ya da bir iyileşme döneminden sonra şikâyetler geri dönebilir.

Kene ısırığından sonra Lyme hastalığını düşündürebilecek belirtiler ortaya çıkarsa vakit kaybetmeden aile hekiminize başvurun.

Diğer kene ısırığı hastalıkları

Kene ısırığından sonra grip benzeri şikâyetler Lyme hastalığına, ancak aynı zamanda TBE/FSME gibi diğer kene kaynaklı hastalıklara da işaret edebilir. TBE/FSME virüsü enfekte bir kenenin ısırığıyla hemen bulaşabilir. Bu virüse karşı özel bir tedavi yoktur. Ancak etkili bir aşı mevcuttur. Riskli bölgelerde yaşayan, çalışan veya bu bölgelere seyahat eden kişiler aşı olmayı değerlendirebilir.

TBE/FSME Hollanda'da nispeten yeni ve hâlâ nadir görülen bir hastalıktır; ancak vaka sayısı giderek artmaktadır. Beyin iltihabı (ensefalit) gibi ciddi sonuçlara, nadiren de ölüme yol açabilir.

Daha fazla bilgi için web sitemizi ziyaret edin

www.tekenbeetziekten.nl adresinde keneler ve kene ısırığı hastalıkları hakkında, korunmadan tedavi ve iyileşmeye kadar birçok konuda ayrıntılı bilgi bulabilirsiniz. Sorularınız varsa, web sitemizdeki iletişim formunu kullanabilirsiniz.

Bu kullanım talimatı başka dillerde de mevcuttur. Güncel dil listesini ve tüm kullanım talimatlarını aşağıdaki adreste bulabilirsiniz:

<https://www.tekenbeetziekten.nl/webwinkel/tekenverwijderaars-en-andere-hulpjes/tekenkaart/>

