



Het is tot en met 13 april de week van de teek, het bloedzuigertje dat zo veel ellende kan veroorzaken. Feiten en fabels op een rijtje, en meer.

## Week van teek



Vaak wijst een rode ring op 'lyme', maar niet altijd.

ARCHIEFFOTO

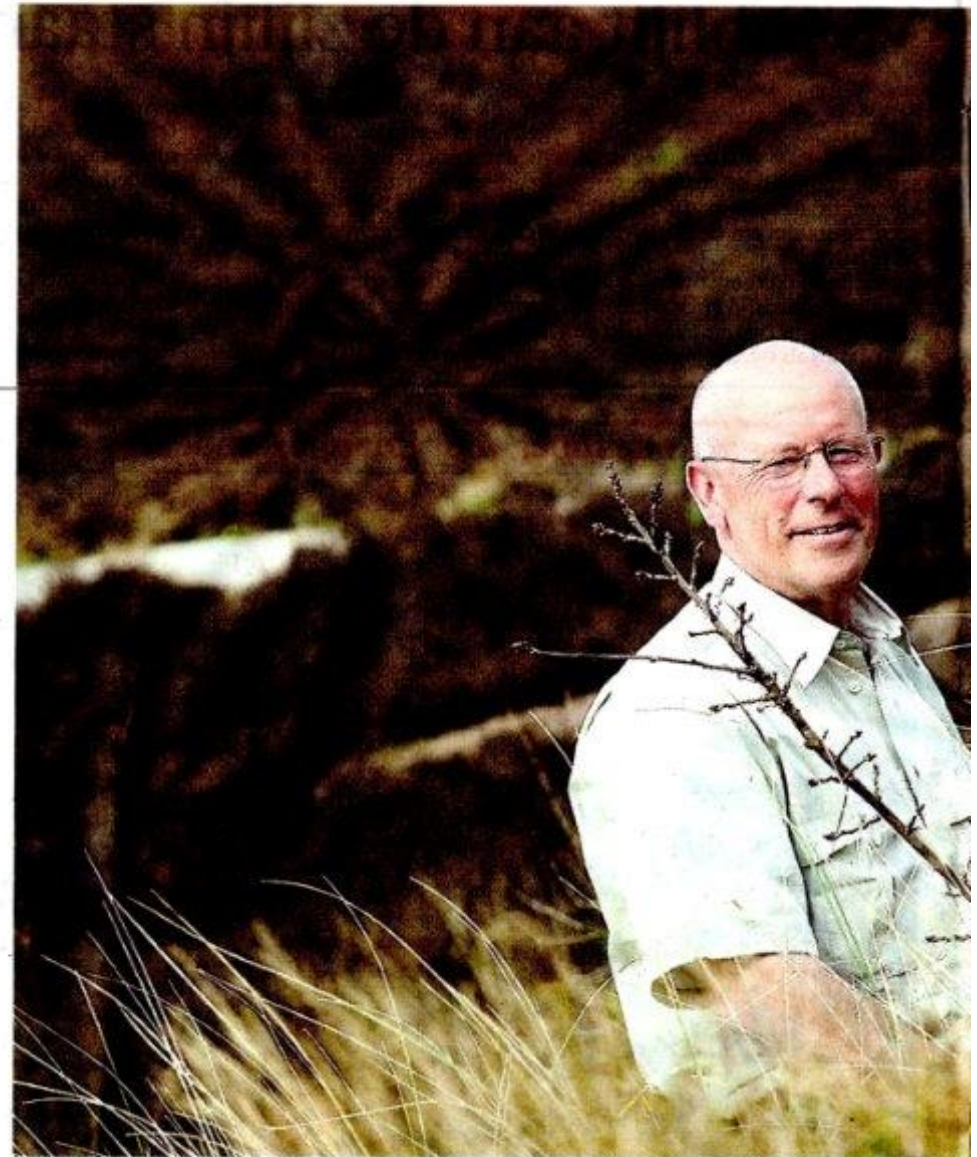
## 'Lyme' is kwaal met vele gezichten

De ziekte van Lyme is een moeilijke. Niet alleen omdat die vaak niet (tijdig) wordt ontdekt, maar ook omdat de gevolgen per persoon verschillend kunnen zijn. Maar ernstig is het in ieder geval. Lyme kan neurologische, gewrichts-, huid- of hartklachten veroorzaken. Het verschilt per persoon welke klachten zich openbaren. De symp-

verschillende plaatsen in het lijf, zoals verlamming van de gezichtsspieren of pijn en krachtsverlies aan een arm of been. Andere aandoeningen zijn gewrichtsklachten, huidaandoeningen of hartritme-stoornissen.

### Antibiotica

De ziekte van Lyme kan worden behandeld met antibiotica. Hoe



Boswachter Frans Erinkveld heeft ruime ervaring met de teek.

# Klein beestje

duddanig herkend, ook al omdat ze sterk lijken op andere aandoeningen.

In veel gevallen krijgt men aandoeningen aan de zenuwen. Dit kan zenuwpijn of zenuwuitval zijn op

aanslaat. Toch kunnen mensen in een laat stadium de lichaamsklachten houden, ook als de borrelia-bacterie niet meer in het lichaam is. Dit heet het post-Lymeziekte-syndroom.



Links een met bloedgevulde teek, rechts een normale.

ARCHIEFFOTO

## Een kieskeurige teek is een fabel

Rond de teek heersen ook de nodige fabels. Zo zouden teken voorkeur hebben voor bepaalde mensen: nee hoor, de teek pakt alles wat hij krijgen kan.

Het is ook onzin dat teken hoog in bomen zitten. Het beestje klimt niet verder dan een of twee meter naar boven. Hoe hoger, hoe kleiner de kans op een 'gast' terecht te komen.

Nog een fabel: bij het verwijderen van een teek moet je linksom draaien. Er zit namelijk geen schroefdraad of zo in de zuigmond van de teek. Een ander sprookje dat mensen in dennenbossen ten onrechte kan geruststellen is dat

teken vooral bij of in eikenbomen zitten. Een teek zit namelijk overal waar 'gastheren of -vrouwen' langskomen.

### Explosie

Wat wel waar is, is dat de teek goed gedijt door een warme winter. Daarom ook hebben de hoge temperaturen van de laatste maanden gezorgd voor een explosie van teken. Het aantal meldingen van tekenbeten op Tekenradar.nl is de afgelopen tijd fors gestegen. Overigens werden de hele winter tekenbeten doorgegeven, sinds 1 december 120, twee keer zoveel als het jaar daarvoor.

# RIJKE BOSSCHAP,



Matthie Bergman  
m.bergman@hdcmmedia.nl

**School** \* Als boswachter Frans Erinkveld schoolkinderen in het duingebied bij Schoorl rondleidt, is het de standaardvraag: wat is het gevaarlijkste dier in het bos. Nog steeds krijgt hij antwoorden als de wolf, of de beer, of de slang. Mis. Het grootste gevaar zit in het kleinste dier: de (schapen)teek. De teek is een kleine spinachtige. Hij boort zijn kopje in de gastheer of -vrouw, drinkt niet meer dan een paar druppels bloed en laat dan weer los. Maar als 'dank' laat een op de vijf teken in ons land de borrelia-bacterie achter.

En met die bacterie begint een soort Russische roulette. De bacterie kan de ziekte van Lyme veroorzaken. Maar dat hoeft niet. De besmetting is vaak zichtbaar doordat zich binnen een paar dagen een rode ring vormt om de tekenbeet heen. Maar dat hoeft niet. Als je de ziekte wel hebt, kun je ervan genezen, maar dat hoeft niet. Zoals Erinkveld zegt: „Ik heb collega's die al jarenlang door de bossen lopen en die nog nooit een teek hebben gehad.” Maar als door een beet het auto-immuunstelsel van je hele lichaam wel wordt aangetast, dan wacht in het ergste

geval de rolstoel.

Het klinkt bijna verontschuldigend als de boswachter zegt: „De teek kan het ook niet helpen.” En: „In het verkeer is het nog steeds gevaarlijker.” Om daarna toch voorbeelden uit de mouw te schudden van mensen bij wie de teek enorm veel ellende te weeg heeft gebracht, inclusief bij hemzelf.

### Rode kring

Erinkveld heeft zelf ook in zijn leven al veel teken letterlijk uit de huid moeten trekken. Twee keer heeft hij na een tekenbeet een rode kring op de huid ontdekt, de aanwijzing dat hij door de teek was besmet met de borrelia-bacterie. Die bacterie veroorzaakt de ziekte van Lyme, ook al gebeurt dit niet bij elke besmetting.

De kans op besmetting is in Nederland groot. Onderzoek van de Wageningen Universiteit uit 2006 heeft aangetoond dat gemiddeld 23,6 procent van de teken in Nederland met die bacterie is besmet. Hiermee zit Nederland fors boven het Europees gemiddelde van 10,1 procent. Van die tekenbeten raakt 3 procent van de slachtoffers besmet met Lyme. Erinkveld bijvoorbeeld heeft de ziekte niet gehad.

Het aantal 'incidenten' lijkt wel te groeien. Zo verdrievoudigde het aantal consulten bij

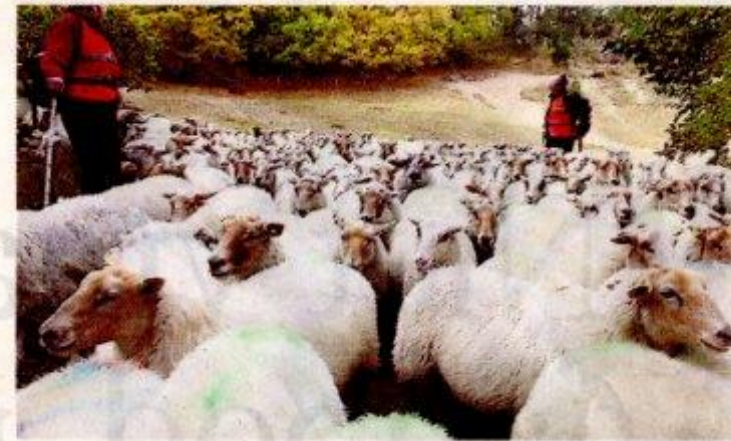
## Een rustige boswandeling met toch veel na-werk

Een rustige boswandeling kan nog veel na-werk met zich brengen. Het advies is na thuiskomst zichzelf of elkaar goed te controleren en als het even kan een douche nemen om eventuele loszittende teken af te spoelen. Gedragen kleding uitwassen of in de droger stoppen op de warmste stand. Heeft er zich toch een vastgebeten, dan zijn er verschillende manieren om de bloedzuiger te verwijderen.

De meest gebruikte zijn de tekenpincet en de tekenlepel. De pincet is een soort grijpertje waarmee de teek uit de huid kan worden getrokken, zonder dat daarbij het beestje wordt fijngeknepen. Dat laatste is belangrijk omdat door fijnknijpen de maaginhoud in de wond komt en de besmetting ontstaat. Om dezelfde reden mag een teek van tevoren niet worden bewerkt met alcohol, olie, nagellak of

andere middelen.

Voorkomen is echter nog altijd beter. Wie de natuur in wil gaan kan het beste een lange broek dragen met de broekspijpen in de sokken, kleding met lange mouwen, goed gesloten schoeisel en een hoofddeksel. Wie vaak of voor langere tijd in de natuur moet zijn, krijgt het advies een tekenwerend middel als DEET 40 of 50% of tea tree olie te gebruiken.

**Week van teek**

De schaapskudde in de duinen bij Bergen.

FOTO JIFOTO

## De dubbele rol van schapen bij verspreiding bloedzuigertje

Het Kooibos bij Callantsoog en het Robbenoordbos bij Wieringen zijn twee bossen in Noord-Holland Noord waar zeker veel teken zijn, aldus boswachter Frans Erinkveld in Schoorl.

In de Schoorlse duinen valt het volgens hem mee: „Ik kan me niet heugen hier een teek te hebben opgelopen.”

Dat kan volgens hem overigens

de schapenteek. Erinkveld meent dat het risico van (versnelde) verspreiding van de teken in dit gebied met deze kudde groter wordt. Hij wijst ook op het Robbenoordbos bij Wieringen: „Daar rammelt het van de teken. Mogelijk komt het omdat daar reeën voorkomen. Die hebben vaak teken en verplaatsen zich, waardoor ook de teken zich ook verspreiden”.



FOTO JIFOTO/JAN JONG

# sróót gevaar

## Teek speelt Russische roulette met gastheer

een huisarts na een tekenbeet van 191 per 100.000 inwoners in 1994 tot 564 patiënten met tekenbeten per 100.000 inwoners in 2009. Bovendien nam ook het aantal besmettingen met de borrelia-bacterie toe. In 1994 gingen 39 op de honderdduizend inwoners in Nederland naar de huisarts in verband met een rode ring en in 2009 al 134 per 100.000 inwoners in 2009 (cijfers RIVM). Omgerekend naar de totale Nederlandse bevolking betekent dit dat alle huisartsen tezamen in 2009 ongeveer 93.000 patiënten met een tekenbeet zagen en 22.000 patiënten met een erythema migrans. Het gevaar van teken begint wel steeds meer tot de mensen door te dringen, ook bij Staatsbosbeheer. Daar liepen in 2010 bijvoorbeeld 26 werknemers de ziekte van Lyme op. Erinkveld: „Die ziekte werd daarom vroeger ook vaak de boswachtersziekte genoemd. Staatsbosbeheer heeft dit jaren geleden ook erkend. De boswachters hebben dan ook de

plicht om elke tekenbeet te melden. Ze moeten bovendien het verloop van de beet scherp in de gaten houden. Zodra er een rode kring verschijnt moeten ze naar de bedrijfsarts, die beoordeelt of de boswachter door moet naar het speciale Lyme-spreekuur in de Radboudziekenhuis in Nijmegen.” Hoewel hij benadrukt, dat het wetenschappelijk niet is bewezen, is Erinkveld zelf er vast van overtuigd dat hij door een tekenbeet zelfs lymfeklierkanker geeft gekregen. „Ik ontdekte een teek in de lies pas toen deze zich al behoorlijk vol had gezogen. Vier, vijf jaar later openbaarde zich de kanker. Dat komt helemaal overeen met het gegeven dat het effect van een tekenbeet zich ook na die periode openbaart. De vereniging van lymfeklierpatiënten stuurde een informatiefolder waarin stond dat mijn vorm van kanker, de langzame vorm van non hodgkin, hoogstwaarschijnlijk wordt veroorzaakt door een bacterie. Ik legde direct het verband, want de lies is ook een knooppunt van lymfeklieren.” Hoewel deze vorm van kanker bij hem met succes is behandeld, blijft het altijd latent in het systeem zitten.

Bij het zogenoemde Lyme-spreekuur in het ziekenhuis van de Radbouduniversiteit ontkent men overigens een verband tussen teken en lymfeklierkanker.

## Iedereen kan een tekenbeet melden op tekenradar.nl

Op internet sinds 2012 Tekenradar.nl te raadplegen. Doel is te informeren en te bepalen hoe vaak de ziekte van Lyme ontstaat na een tekenbeet. Ook kan men een 'tekenverwachting' voor de komende tien dagen zien. De site is gestart door Wageningen Universiteit, het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu en De Natuurkalender. De bezoekers van de site wordt

verzocht een tekenbeet te melden. Daar werd in 2012 al massaal gehoor aan gegeven. Er kwamen dat jaar meer dan zeventienduizend meldingen binnen en er werden ruim 3400 teken opgestuurd. In totaal waren ook 2828 van de inzenders bereid elke drie maanden een vragenlijst in te vullen. Van hen meldde 2,7 procent dat bij hen de ziekte van Lyme was vastgesteld. Deze ziekte bleef bij 80 pro-

cent beperkt tot een rode ring rond de tekenbeet (erythema migrans), de rest ontwikkelde ook ernstiger symptomen. De ziekteverschijnselen ontstonden meestal (91 procent) binnen drie maanden, aldus Tekenradar.nl. 22 procent van de opgestuurde teken was besmet met de Borrelia bacterie. Hieruit blijkt dat een beet van een besmette teek lang niet altijd 'Lyme' tot gevolg heeft.

ook zo'n 150 schapen in het duingebied rond Egmond, Bergen en Schoorl. Die schapen zijn vaak gastheer of -vrouw voor de in Nederland meest voorkomende teek,

pen grazen de lage ruigte weg. Juist daarin zitten de teken. Hoe langer de schapen daar grazen, hoe minder teken dus.”



Ook Zuid-Beieren kent de teek die FSME kan veroorzaken.

FOTO HDC MEDIA

## GGD ent vakantiegangers in tegen buitenlandse tekenziekte FSME

De GGD Hollands Noorden waarschuwt tegen tekenencefalitis, een virusinfectie die een ontsteking van de hersenen kan veroorzaken. Deze infectie (FSME) wordt overgebracht door teken die besmet zijn met de Europese variant. Zij komen voor in grote delen van Centraal- en Oost-Europa, Finland, Zweden, Denemarken, oostelijk Frankrijk, en oostelijk en zuidelijk Duitsland. De GGD vaccineert tegen FSME. Deze teek brengt het virus direct na de beet over. Het (tijdig) verwij-

deren voorkomt dat niet. Het begin van tekenencefalitis bestaat uit griep-verschijnselen zoals koorts en misselijkheid. Bij een derde van de besmette mensen zet de ziekte door en wordt het centraal zenuwstelsel aangetast. Je kunt eraan overlijden. Nadat je de ziekte hebt gekregen, kunnen alleen nog de symptomen worden bestreden. Er bestaat echter wel een vaccin hiertegen, dat men dus bij de GGD kan krijgen. [www.ggdnhn.nl/reizen](http://www.ggdnhn.nl/reizen)