

Ziekte van Lyme

In Nederland krijgen op dit moment jaarlijks circa 22.000 mensen de ziekte van Lyme. Dit zijn 5000 gevallen meer dan in 2005. Naar schatting is 15 tot 20 procent van de teken in Nederland besmet met de *Borrelia burgdorferi*-bacterie. Als iemand met klachten zich niet tijdig laat behandelen kan deze infectieziekte leiden tot allerlei klachten. De klachten kunnen variëren van een grieperig gevoel tot hersenvliesontsteking.

De naam van de ziekte komt van het district Lyme in Connecticut (Verenigde Staten). In 1975 waren in dit district veel kinderen getroffen met gewrichtsontstekingen. De oorzaak van deze ontsteking bleek een infectieziekte te zijn. Andere symptomen waren hartritme stoornissen en huidafwijkingen. In 1982 isoleerde Willy Burgdorfer de verwekker van de ziekte. De bacterie die de ziekte veroorzaakt (*Borrelia burgdorferi*) is naar deze Amerikaan vernoemd.

De veroorzaker: de teek

De ziekte van Lyme wordt veroorzaakt door een geïnfecteerde teek. Een teek is een diertje dat zich voedt met het bloed van zoogdieren en dus ook het bloed van mensen. In bijvoorbeeld een struik wacht de teek tot er een geschikt zoogdier langskomt. Als dat zo is laat de teek zich vallen op de vacht. De teek boort zich met de kop in de huid en begint zich daarna vol te zuigen met bloed.

Hoe raak je besmet?

In natuurgebieden en in bossen loopt iedereen op een beet van een teek. Het risico op zo'n tekenbeet is het grootst langs randen van bossen, in hoog gras langs bospaden of bij struiken. Ook bij beekjes, riviertjes en in open plekken in het bos is de kans op een tekenbeet aanwezig. Overigens loop je niet alleen kans op besmetting in bossen. Er zijn mensen die tijdens het tuinieren te maken krijgen met een tekenbeet.

Besmetting voorkomen

Besmetting is te voorkomen door je simpelweg niet te laten bijten door een teek. Om een tekenbeet te voorkomen kun je kleding en schoenen dragen die goed sluiten. Je helemaal beschermen is lastig. Als iemand toch gebeten wordt door een teek is het zaak om de teek zo als snel mogelijk te verwijderen. De kans op besmetting is namelijk groter naarmate de teek langer bezig is bloed te zuigen. Als je bent gebeten door een teek, let dan op het optreden van de kenmerkende roodheid en laat je huisarts weten dat je bent gebeten. Inenting tegen de 'tekenbeetziekte' is (vooralsnog) niet mogelijk.

Wat te doen bij een tekenbeet?

Verwijder de teek het liefst zo snel mogelijk. Doe dit wel op de juiste manier. Door het verkeerd verwijderen van de teek kan iemand onnodig de ziekte van Lyme oplopen. Je kunt de teek verwijderen met een pincet. Pak de teek met een pincet vast. Doe dit zo dicht mogelijk bij de huid en trek de teek omhoog. Draai en knijp niet. Na het verwijderen van de teek kun je de huid desinfecteren met alcohol of jodium.

Het verdoven van een teek met alcohol, olie of andere middelen voor het verwijderen van de teek wordt afgeraden. Een teek kan hierdoor verslappen en in dat geval kan het reeds opgezogen bloed terugvloeien in het bijtewondje. Het teruggevloeide bloed kan inmiddels besmet zijn geraakt met de gevreesde bacterie. Hetzelfde effect krijg je wanneer je een teek plat knijpt. Verwijder de teek dus zo zorgvuldig mogelijk.

Noteer voorts de datum van de tekenbeet en blijf goed opletten. In het geval er een rode kring verschijnt kun je het best een huisarts bezoeken. Deze rode kring hoeft niet op de plaats waar de teek heeft gezeten tevoorschijn te komen. Ook kan de cirkel pas veel later zichtbaar worden. Soms wel tot acht weken na de besmetting. Bij klachten als hoofdpijn, een grieperig gevoel of vermoeidheid kun je eveneens het best naar een huisarts gaan.

Behandeling

In een vroeg stadium is de ziekte van Lyme goed te behandelen met antibiotica. Het is wel belangrijk dat de ziekte tijdig wordt herkend en behandeld. In het geval er niet adequaat wordt gereageerd kan de ziekte chronisch worden met nare gevolgen.