

prevent:

Teek it serious! Teken en hoe ze te verwijderen

Teken zijn externe parasieten die zich voeden met bloed. De meeste teken dragen geen ziektes, waardoor tekenbeten meestal zonder gevolg blijven en dus geen ernstig gezondheidsprobleem vormen. In sommige gevallen zijn teken echter de vectoren van de ziekte van Lyme, een bacteriële infectie. We zullen kort ingaan op de ziekte, maar voornamelijk focussen op het correct verwijderen van teken.

Teken

Een teek is een klein, spinachtig diertje (2-4 mm). Er bestaan zachte en harde teken; in Europa kunnen alleen harde teken ziektes overbrengen op de mens.

Teken leven vooral in bossen, weiden en velden, in hoog gras, varens en struiken, in stadsparken en in tuinen. Warme en vochtige lucht creëert een gunstig klimaat. Tijdens droge zomermaanden zijn ze dus minder talrijk.

Een teek wacht geduldig op een voorbijkomende prooi. Op het lichaam van de gastheer (mens of dier) zoekt de teek een plaats om bloed te zuigen, bij voorkeur in een holte (lies, knie, oksel). De teek boort zijn steeksnuut vrijwel pijnloos in de huid van de gastheer, verankert zich met behulp van zijn omklapbare haken en hecht zich vast.

Ziekte van Lyme of lymeborreliose

De ziekte van Lyme of lymeborreliose is de belangrijkste door vectoren overgedragen ziekte in Europa. Deze ziekte werd vernoemd naar het Amerikaanse stadje Lyme, waar ze voor het eerst ontdekt werd. Het is een aandoening die meerdere orgaansystemen kan aantasten en die in verschillende fases kan verlopen. Ze wordt veroorzaakt door besmetting met de bacterie *Borrelia burgdorferi sensu lato*. In België wordt de ziekte opgelopen via een tekenbeet van de species *Ixodes ricinus* (schapenteek).

Drie fases

Tijdens de eerste fase (drie dagen tot drie maanden na de beet) ontstaat er een rode uitslag die zich rond de tekenbeet uitbreidt (tot meer dan vijf cm diameter). De zone in het midden wordt na een tijd bleker, waardoor de karakteristieke ring ontstaat. Voorts zijn er zoals bij de meeste infecties griepachtige symptomen zoals hoofdpijn, keelpijn en koorts.

De tweede fase (enkele weken tot maanden na de beet) wordt gekenmerkt door pijn in de armen en benen, verlamming van de gezichtsspieren, dubbelzien, alsook hartritmestoornissen.

In de derde fase (enkele maanden tot jaren na de beet) ontstaat er pijn en zwelling in een of meerdere gewrichten en ontstaan chronische huidaandoeningen op armen en benen.

Risico

Het risico dat men de ziekte doormaakt als gevolg van een tekenbeet, wordt in West-Europa geschat op minder dan 1%. De ziekte is goed te behandelen met antibiotica. Het herstel duurt langer indien de ziekte later ontdekt wordt. Er kunnen zich ook restverschijnselen voordoen. Momenteel bestaat er nog geen vaccin tegen de ziekte van Lyme.

Andere tekenziektes

Naast de alom bekende ziekte van Lyme veroorzaakt door *Borrelia*, bestaan er nog tal van andere organismen en ziektes overgedragen door teken. Dit zijn onder andere tekenencefalitis (*Flaviviridae*-virussen), *Colorado tick fever*, *Rocky Mountain spotted fever (Rickettsia rickettsii)*, *Mediterranean spotted fever (Rickettsia conorii)*, *African tick bite fever (Rickettsia africae)*, *Queensland tick typhus*, babesiosis (*Babesia microti*), tularemia, anaplasmosis en ehrlichiosis.

Vasthechting en besmettingswijze

De harde teken (*Ixodidae*) zijn van groter belang dan de zachte teken (*Argasidae*) omdat ze moeilijker te verwijderen zijn en meer ziektes verspreiden. Harde teken maken drie stadia door (larve, nimf, volwassenen); de zachte twee stadia. Harde teken hebben monddelen die voorwaarts uitsteken; bij de zachte zijn de monddelen niet zichtbaar.

De bacterie *Borrelia burgdorferi* zit in de darm van de teek. Na blootstelling aan het warme bloed dat in de darm terechtkomt, wordt de bacterie actief. Het organisme komt in de speekselklieren van de teek terecht.

Als de teek zich voedt, moet het overtollige water weggeraken via de speekselklieren. Op deze wijze zal de teek de *Borrelia* in de wonde brengen, zodat de infectie doorgegeven wordt aan de gastheer via speeksel, hemolymfe of darminhoud.

Voor de vasthechting op en in de huid, wordt het hypostoma (steeksnuit) in de huid aangebracht, waarbij er cement wordt geproduceerd. Cement is een witte (latexachtige) substantie die afgescheiden wordt in de wonde, waarbij het dienst doet als 'pakking' en als bevestigingsmateriaal (zie tekening).

Algemene preventiemaatregelen

- Vermijd gebieden met veel teken in de lente en zomer (bossen met hoog gras en veel boomafval);
- Vermijd contact met gastheer-dieren (konijnen, koeien, geiten, schapen, ...);
- Gebruik een tekenhalsband voor huisdieren (hond).

Extra maatregelen

Extra voorzorgen te nemen voor werknemers, kampeeders, trekkers en reizigers in endemische, landelijke gebieden:

- Leg geen jassen en andere kledingstukken op de grond;
- Draag lichtgekleurde kleding;
- Draag een shirt met lange mouwen en een broek met lange pijpen;
- Steek de broekspijpen in kousen in gesloten schoeisel;
- Kleding uitdoen – wassen – drogen;
- Check het lichaam, doe een *full body tick check*;
- Gebruik een product dat DEET (diethyl-meta-toluamide) bevat.

Verwijderen van teken

Een teek die al in de huid vastzit, moet zo snel mogelijk worden verwijderd, maar wel op een goede manier. De teek moet steeds volledig verwijderd worden. Er is onduidelijkheid en er bestaan tegenstrijdige adviezen over het verwijderen van teken. Kleine teken en volgezogen teken zijn vaak lastig te verwijderen. Het komt erop aan om de teek niet te irriteren. De strategie van een teek om zich vast te hechten, de morfologie van de snuitmond en de grootte van de teek bepalen het succes van de verschillende teekverwijderingsinstrumenten. Er bestaat een veelvoud aan traditionele, volkse (lees: oude) manieren, alsook een veelvoud aan nieuwe verwijderingsinstrumenten. Het is moeilijk om door de bomen het bos (en de teken) nog te zien! Nog steeds worden gevaarlijke methodes gebruikt.

De twee meest gestelde vragen zijn:

1. Hoe verwijder ik een teek?
2. Wat gebruik ik om een teek te verwijderen?

Studies

Veel kennis is gebaseerd op theorieën, maar er zijn weinig *evidence-based* publicaties terug te vinden. Er bestaan slechts enkele studies, en die betreffen vaak kleine aantallen met grote heterogeniteit (verschillende populaties van mensen en dieren), geen of beperkte statistische significantie en anekdotisch bewijs van evidentie.

Misverstanden

Een hardnekkig misverstand is dat teken zich in de huid zouden schroeven en er in de tegenovergestelde richting weer uit kunnen worden gedraaid. Teken schroeven zich echter niet in de huid, maar aangezien de steeksnuit een soort weerhaakjes heeft, zou een licht draaiende beweging de verwijdering mogelijk makkelijker kunnen maken. Draaien verhoogt waarschijnlijk wel de kans dat het hypostoma afbreekt. Over het wel of niet draaien van de teek, en met of zonder daarbij te trekken, bestaat dus nog onduidelijkheid.

Een ander misverstand is dat teken zouden loslaten als ze worden geïrriteerd met vuur, of door erin te prikken of te knijpen. Teken proberen te versmachten door er iets overheen te smeren werkt ook niet. Alle methodes waarbij de teek wordt geïrriteerd, vergroten de kans dat de teek juist extra speeksel produceert of de maaginhoud opbraakt, waarin de *Borrelia*-organismen zich zouden kunnen bevinden. Als men met de vingers of een breed pincet een teek weghaalt, bestaat de kans dat er in de teek wordt geknepen; dat wordt dus afgeraden. Ook na het verwijderen, kan de teek nog minutenlang speeksel uitscheiden. Wees dus voorzichtig na de verwijdering. Teken hebben een lagere ademhalingsfrequentie, waardoor het gebruik van vaseline, nagellak en 70% isopropylalcohol geen effect heeft om te proberen om ze te versmachten.

Hoax

Er circuleert sinds 2012 een tekst in het Nederlands op het internet (Facebook en e-mail) dat een teek gemakkelijk verwijderd kan worden met vloeibare zeep op een prop watten. De tekst zou geschreven zijn door een schoolverpleegster, die het op haar beurt weer zou hebben van een kinderarts. Het betreft een zogenaamde *hoax* of *urban legend* (in het Nederlands een broodjeaapverhaal of

stadslegende genoemd). Het bericht is opgevat als een soort kettingbrief, waarbij wordt gevraagd het zoveel mogelijk door te sturen.

Commerciële hulpmiddelen op de markt

Er zijn veel tekenverwijderaars op de markt met namen zoals de O'Tom Tick Twister, Trix Tick Lasso, Tick Bar, Tick Key, Tick Tweezers, Pro Ticked-Off, Tick Nipper, Pro-Tick Remedy en de tekenkaart (een soort bankkaart met inkepingen).

Do's-and-don'ts bij het verwijderen van teken

To do: mechanische verwijdering

- Kom niet met blote handen aan de teek, maar trek handschoenen aan;
- Gebruik een puntig pincet met dunne uiteinden of een tekentang van goede kwaliteit;
- Grijp de teek zo dicht mogelijk bij de huid;
- Trek gelijkmatig, standvastig, rustig en voorzichtig, t-r-a-a-g (slow motion) opwaarts, met langzaam toenemende kracht, zonder aan de teek te rukken, knijpen, de teek te doorboren of te pletten;
- Desinfecteer het bijtwondje met 70% alcohol;
- Was de handen na het verwijderen van de teek met water en zeep;
- Desinfecteer het pincet in kokend water of op een door de fabrikant aangegeven manier.

Don'ts

- Maak geen draaibewegingen zonder tractie (vroeger werd aangeraden om linksom te draaien);
- Trek niet aan het achterlichaam van de teek;
- Knijp niet in het lichaam van de teek;
- Prik niet in het lichaam van de teek met een scherp voorwerp;
- Gebruik de vingernagels niet;
- Verpletter het lichaam van de teek niet bij het verwijderen;
- Brand de teek niet van de huid met een sigaret, aansteker of lucifer;
- Breng geen nagellak aan om de teek te versmachten;
- Breng geen *petroleum jelly* (vaseline) aan om de teek te versmachten;
- Breng geen benzine aan om de teek te versmachten;
- Breng geen vloeibare zeep (*Dreft*) aan;
- Breng geen alcohol (70% isopropanol) aan;
- Breng geen chemicaliën aan;
- Bevries de teek niet;
- Gebruik geen *knot method* (een knoop leggen rondom de teek);
- Injecteer geen lokale anesthetica (lidocaïne, lidocaïne + adrenaline, chloroprocaïne);
- Tracht de achtergebleven monddelen niet te verwijderen;
- Plet de teek niet na het verwijderen (om te doden).

Over de auteur:

Dokter Wim Van Hooste, preventieadviseur-arbeidsarts bij Mediwet EDPB vzw



Laatste wijziging:	: 13/04/20
Bron, © Prevent	: preventFocus 04/2020
Thema	: Gezondheidsbevordering, Gezondheidstoezicht
Type	: Artikel
Sleutelwoorden	: Lyme borreliose tekebeet

© Prevent