

# Tipp: Schutz vor Zecken

Sommerzeit ist Draußenzeit – mit Picknicks auf der Wiese sowie Feldern und Wäldern, die zum Durchstreifen einladen. Doch Vorsicht: Sommerzeit ist auch verstärkt Zeckenzeit. Zu den am häufigsten übertragenen Infektionen durch Zeckenbisse gehören die Borreliose und die FSME (Erkrankung der Hirnhäute). Schützen Sie sich!

Guck mal:  
Gesundheit

Vivantes  
LEBEN IN BERLIN

# Tipp: Schutz vor Zecken

## Wirksamer Schutz vor Infektionen durch Zeckenbisse:

- In Wald und Flur geschlossene Kleidung tragen
- Antizeckenlotion verwenden
- Den Körper nach längeren Aufenthalten im Gelände nach Zecken absuchen
- Zecken so schnell wie möglich entfernen: Die Zecke mit einer Pinzette oder den Fingernägeln so nah wie möglich an der Haut fassen und nach oben herausziehen
- Zecken niemals mit Öl ersticken oder zerquetschen. Im Todeskampf stoßen Zecken besonders viele Krankheitserreger aus.

**Guck mal:**  
**Gesundheit**

Vor FSME schützen Sie sich durch eine rechtzeitig durchgeführte Impfung, die sich vor allem bei Reisen in besonders betroffene Gebiete empfiehlt.

## Anzeichen einer Infektion:

- **Bei Borreliose:** bläulich-rote Färbung der Einstichstelle mit deutlich abgegrenztem Rand
- **Bei FSME:** etwa 10 Tage nach dem Stich erste Symptome von Sommergrippe bis hin zu neurologischen Störungen

## Weitere Gesundheitstipps und Ansprechpartner finden Sie unter [www.vivantes.de](http://www.vivantes.de)

## Rettungsstellen finden Sie in allen Vivantes-Kliniken:

Auguste-Viktoria-Klinikum | Humboldt-Klinikum | Klinikum am Urban | Klinikum Hellersdorf | Klinikum im Friedrichshain – Landberger Allee | Klinikum im Friedrichshain – Prenzlauer Berg | Klinikum Neukölln | Klinikum Spandau | Wenckebach Klinikum