

Teken reëel gevaar voor monitoorder

Er is bijna niet aan te ontkomen. Na een dag op de hei blijven, ondanks preventieve zorgen (kleding met lange mouwen en lange pijpen, na afloop stevig douchen, schone kleren aan) enkele diehards op je huid achter die je pas de volgende dag opmerkt omdat het ergens begint te jeuken. De teek heeft zich dan al ingegraven. En dan maar afwachten of het bultje groter wordt en uitgroeit tot een ronde vlek of ring van ongeveer 10 cm doorsnee, zodat je zeker weet dat een doxycycline kuur onvermijdelijk is. Er zijn monitoorders die moesten afhaken vanwege dit ongerief.



Vier stadia van de teek *Ixodes ricinus* (schapenteek). De dikste teek links is een volwassen vrouwtje, tweede van links is een volwassen mannetje, tweede van rechts is een nimf en de rechtse is een larve. Alle stadia kunnen drager zijn van de bacterie *Borrelia spec.* veroorzaker van de Ziekte van Lyme.

meer en minder teken

Er zijn gebieden waar het heel erg is: de Veluwe, het Gooi, heiden en bossen in Friesland en Drenthe, de beboste Binnenduinrand. Het type vegetatie waar je doorheen struint is van invloed. Zo blijkt pijpestro, in combinatie met opslag van berk en eik een waar Eldorado voor teken te zijn; in de duinen komen zeer veel teken in dennenbossen voor. Sommige mensen zijn vatbaarder dan andere. Het heeft met lichaamstemperatuur te maken: hoe hoger die is, hoe sneller de teken komen.

levenscyclus teek

De teek leeft in de natuur: bossen en graslanden. Voor ontwikkeling en voortplanting heeft de teek bloed nodig. Hij kiest hierbij zowel voor wilde dieren (muizen, egels, reeën, en ook vogels en hagedissen) als huisdieren (hond, kat, schaap, paard...) en ook de mens. Een teek wacht in grashalmen of lage bosjes op een passerende gastheer, waaraan hij zich in het voorbijgaan vastklampt. Dan kruipt de teek naar een plaats waar de huid dun is en bijt zich stevig vast. Hij verankert zich als het ware in de huid.

het zijn vooral de nimfen die de mens opzoeken om bloed te zuigen. Nimfen zijn actief van maart tot oktober met een piek van *half mei tot half juni*.

Dan is voor mensen het gevaar groot om besmet te raken. Niet alle teken zijn drager van de gevreesde bacterie. Percentages tussen de 15 en 30% worden genoemd. Dit kan van jaar tot jaar en van gebied tot gebied verschillen en heeft onder andere met de muizenstand te maken. Grofweg: meer muizen, meer teken, meer Ziekte van Lyme. Een nimf is erg klein (1 mm) en moeilijk waar te nemen tussen sproetjes en andere onregelmatigheden van de huid. Meestal merk je een teek pas op als ie is ingegraven en begint te jeuken.

diverse soorten *Borrelia*

In Europa, en ook in Nederland hebben we te maken met diverse variaties (soorten) *Borrelia*. Op dit moment onderscheidt men vier soorten, elk is geassocieerd met een specifiek ziektebeeld. *Borrelia afzelii* is in Nederland het meest talrijk en kan ernstige huidafwijkingen tot gevolg hebben. *Borrelia garinii* is vooral geassocieerd met neurologische afwijkingen. *Borrelia burgdorferi* geeft vooral gewrichtsklachten. *Borrelia valaisiana* komt ook voor maar hiervan is niet precies duidelijk welk specifiek ziektebeeld erbij hoort. Allemaal hebben ze chronische vermoeidheid tot gevolg.

goede raad is duur

We zagen al dat preventieve maatregelen niet waterdicht zijn. Als binnen veertien dagen na een tekenbeet een zich uitbreidende rode vlek verschijnt ga dan onmiddellijk naar de huisarts voor een kuur van drie weken doxycycline. In dit stadium lijkt dat voldoende te zijn om geheel te genezen en van latere klachten gevrijwaard te blijven.

Literatuur: Een héél goed boek is: Bull's-eye: unraveling the medical mystery of Lyme Disease. By Jonathan A. Edlow. Yale University Press. ISBN 0-300-09867-7. Zie ook: De Ziekte van Lyme in Nederland. in: *INFECTIEZIEKTEN Bulletin* 14 (5) mei 2003.