



ISI Ziekte van Lyme (Lymeziekte)

Wat is de ziekte van Lyme?

De ziekte van Lyme wordt veroorzaakt door een bacterie. Mensen kunnen deze bacterie oplopen door een beet van een teek die de Lyme bacterie bij zich draagt. De ziekte komt in Nederland vaak voor. De ziekte kan zonder behandeling ernstige gevolgen hebben.

Wat zijn de ziekteverschijnselen?

De ziekte uit zich meestal in een rode ring op de huid die ontstaat na 1 tot 3 weken rondom de plaats van de teekbeet. De ring wordt steeds groter. Binnen de rode ring wordt de huid weer gewoon van kleur. Soms zijn er griepachtige verschijnselen, zoals koorts. Wanneer de ziekte niet behandeld wordt verdwijnt de ring vanzelf, maar kunnen er gewrichtsklachten, klachten van het zenuwstelsel (vooral uitval van gezichts zenuwen of pijnklachten in een arm of been) en hartritme stoornissen ontstaan (tweede stadium van de ziekte van Lyme). De ziekte kan bovendien leiden tot huidaandoeningen (derde stadium van de ziekte).

Het is mogelijk dat de rode ring niet opgemerkt wordt of dat deze zelfs helemaal niet verschijnt, en dat de ziekte begint met verschijnselen van het tweede stadium.

Als er na een beet door een besmette teek ziekteverschijnselen optreden, dan ontstaan die gemiddeld twee weken (variërend van drie dagen tot drie maanden) na de beet.

Hoe kun je het oplopen en kun je anderen besmetten?

Mensen kunnen besmet raken met de ziekte van Lyme na een beet door een teek. Een teek is met het blote oog te zien (1-3 millimeter) en ziet er uit als een spinnetje. Teken komen voor in hoog gras en struikgewas van duinen, bossen en weiden, maar ook in stadsparken of plantsoenen. Ze wachten op een voorbijganger, mens of dier, om zich in huid vast te zuigen. Mensen kunnen door contact met hoog gras of struiken een teekbeet oplopen.

Tekenbeten worden niet altijd opgemerkt, vooral wanneer de teek op een slecht zichtbare plaats op het lichaam zit (rug, billen, balzak). Het is dus mogelijk om de ziekte van Lyme op te lopen zonder een teekbeet bemerkt te hebben.

Als de teek binnen 24 uur uit de huid gehaald wordt is de kans op besmetting klein.

Mensen kunnen elkaar niet besmetten. Mensen kunnen ook niet besmet raken door teken te verwijderen bij de hond.

Wie kunnen ziek worden en wie lopen extra risico?

Iedereen kan besmet raken met Lymeziekte en daarvan ziek worden. Mensen die recreëren in de natuur lopen meer risico op tekenbeten. Ook mensen die beroepshalve veel in de natuur verblijven lopen meer risico (zoals bosarbeiders, jagers en veldbiologen).

Welke maatregelen kun je nemen om de ziekte van Lyme te voorkomen?

Er zijn verschillende manieren om de kans op tekenbeten te verminderen:

- Blijf in gebieden waar teken kunnen voorkomen op de paden.
- Vermijd contact met struikgewas en hoog gras.
- Draag bij risico op tekenbeten kleding met lange mouwen en een lange broek. Stop de pijpen van de broek in de sokken.
- Gebruik insectenwerend middel met minstens 30% DEET (kinderen tot 6 jaar <20%; anderen: 30-50%) op de onbedekte huid. Voor niet zwangere volwassenen mag er maximaal 50% DEET in het middel zitten, voor zwangeren en kinderen onder de 2 jaar maximaal 30%. Lees de aanwijzingen op de verpakking,

Manieren om de kans op besmetting na een tekenbeet te verminderen:

- Controleer na verblijf in de natuur 's avonds de huid op aanwezigheid van teken. Controleer vooral warme plekken, zoals de oksel, de lies, de bilnaad en bij kinderen ook het hoofd en achter de oren.
- Verwijder een teek binnen 24 uur uit de huid en handel daarbij als volgt:
 - Pak de teek zo dicht mogelijk bij de huid beet; het liefst met een (teken)pincet.
 - Breng geen olie of alcohol op de teek aan.
 - Trek de teek er voorzichtig, recht naar boven uit.
 - Breng jodium of alcohol op de beetplaats aan om het wondje te ontsmetten.
 - Noteer de datum waarop, en de plaats waar u gebeten bent.
 - Controleer de eerste drie weken de huid rondom de beet. Let op het ontstaan van de rode ring.
 - Blijf tot 3 maanden na de beet alert op ziekteverschijnselen zoals koorts.

Er is geen vaccin tegen de Lyme bacterie die in Nederland voorkomt.

Is de ziekte van Lyme te behandelen?

De ziekte is goed te genezen wanneer er op tijd behandeld wordt. Wanneer de ziekte niet behandeld wordt kunnen het zenuwstelsel, het hart, de gewrichten en de huid aangetast worden. Ook in dit stadium is de ziekte vrijwel altijd goed te behandelen; herstel kan echter wel tijd kosten (maanden) en in incidentele gevallen kan uitval van zenuwen blijvend zijn. Er ontstaat geen afweer tegen de ziekte. Mensen kunnen de ziekte van Lyme meerdere keren krijgen.

Het is niet nodig met iedere tekenbeet naar de huisarts te gaan. Raadpleeg de huisarts wél wanneer na een tekenbeet een rode ring op de huid ontstaat of wanneer griepachtige verschijnselen optreden. Bloedonderzoek is meestal niet nodig om de ziekte vast te stellen. Vertel dat u door een teek bent gebeten en noem de datum waarop dat gebeurd is.

Kan iemand met de ziekte van Lyme naar kindercentrum, school of werk?

De ziekte van Lyme is niet van mens op mens overdraagbaar. Daarom kan iemand met de ziekte van Lyme die zich goed voelt gewoon naar kindercentrum, school of werk.