

# Zecken: Klein, aber gefährlich

Nach längeren Aufenthalten im Freien wird eine gezielte Suche empfohlen – Versicherungen können finanzielle Folgen einer Erkrankung abfedern

**BRANDENBURG.** Steigende Temperaturen, wie sie derzeit im Sommer auch in Mitteleuropa offenbarer geworden sind und milde Winter haben Zecken, die als Überträger gefährlicher Krankheiten bekannt sind, früher aktiv werden lassen, als sonst üblich. Seit Wochen häufen sich Meldungen darüber. Zecken sind zwar klein und lautlos, aber teils gefährlich.

Zu den bekanntesten Krankheiten, die im schlimmsten Fall lebensbedrohlich sind und von Zecken übertragen werden können, zählen FSME – eine gefährlichen Form der Hirnhautentzündung – und Borreliose, die zu Entzündungen des Nervensystems führen kann. Darauf macht unter anderem die Versicherungsgruppe HUK-COBURG aufmerksam.

Gerade im Sommer, wenn Ausflüge ins Grüne, Gartenarbeit und andere Aktivitäten im Freien besonders beliebt sind, steigt auch das Risiko für Zeckenstiche. Wohl fühlen sich die Blutsauger vor allem



im Gebüsch, in lichtem Unterholz, an Waldrändern und im hohen Gras. Der relativ kleine Parasit nistet sich oftmals unbemerkt beim Wirt ein. Bei Menschen setzt er sich bevorzugt in Achselhöhlen, der Leistengegend, Kniebeugen, am Bauchnabel und Haaransatz fest. Dort durchstechen Zecken die Haut ihrer Opfer und saugen sich fest. Das Sekret, das sie dabei in die Wunde spritzen, wirkt gerinnungshemmend und betäubend. Bis eine Zecke satt ist, können durchaus mehrere Tage vergehen.

Die Krankheitserreger werden meist nicht direkt nach dem Stich, sondern oft erst Stunden später übertragen. Daher ist eine gezielte Zeckensuche nach einem Aufenthalt im Freien hilfreich und sinnvoll, um die lästigen Blutsauger zu finden und rasch zu entfernen. Experten empfehlen, den Parasiten hautnah mit einer Pinzette oder Zeckenzange anzufassen, um ihn danach mit

möglichst wenig Druck herauszudrehen. Der Kopf darf nicht steckenbleiben. Von alten Hausmitteln wie Klebstoff oder Öl sollte Abstand genommen werden, empfiehlt die HUK-COBURG. Sie helfen demnach nicht, sondern schaden eher, denn im Todeskampf spritzt die Zecke oft Krankheitserreger in die Wunde.

Gegen die Viruserkrankung FSME schützt eine Impfung. Gewarnt wird aber auch vor Borreliose. Dabei handelt es sich um eine Bakterieninfektion, die zu dauerhaften Gesundheitsschäden führen kann, bis hin zur Invalidität. Darum sollte die Einstichstelle ungefähr vier Wochen lang im Auge behalten werden. Sobald sich rote Flecken zeigen, ist ein Arzttermin wichtig.

Kommt es doch zur Erkrankung mit Dauerschädigung, kann es gut sein, Vorsorge getroffen zu haben, so die Versicherungsgruppe. Eine private Unfallversicherung hilft, finanzielle Folgen abzusichern. Allerdings schließe nicht jeder Vertrag einen Zeckenstich und seine Folgen automatisch mit

ein. Um auf Nummer Sicher zu gehen, sollte man sich bei seinem Versicherer nach dem Umfang seines Versicherungsschutzes erkundigen. *gd/WS*



**In Wiesen und an Waldrändern fühlen sich Zecken leider wohl.**  
Fotos: HUK-Coburg, Adobe Stock/Michael

# Den Pflegealltag besser meistern

„Pflege vor Ort“-Koordinatorin bietet Kurse für die Pflege zu Hause an



**Häufig kümmern sich Familienangehörige um ältere Menschen mit Pflegebedarf.**  
Foto: Adobe Stock/Alexander Rath

**PERLEBERG.** Das Thema Pflege nimmt in Deutschland einen immer größeren Stellenwert ein. Auch in der Prignitz wird die Bevölkerung immer älter, stehen Familien vor der Frage, wie sie ihre Angehörigen pflegen können. Viele Fragen ergeben sich, die sie nicht immer allein beantworten können. Da-

für gibt es jetzt das Programm „PfiFF“, dahinter verbirgt sich „Pflege in Familien fördern“. Initiiert von der AOK Nordost hat die „Pflege vor Ort“-Koordinatorin Nicole Lindemann an einem Weiterbildungskurs teilgenommen, der sie nun berechtigt entsprechende Pflegekurse zu Hause anzubieten.

„Wer einen Angehörigen zu Hause pflegt, sich dabei mehr Sicherheit im Alltag wünscht“, der kann sich bei mir melden“, so Nicole Lindemann. „Diese Pflegekurse unterstützen die Familien direkt im häuslichen Umfeld mit verständlichen Informationen, praktischen Tipps und individuellen Begleitungen.“

Und so bekommen die Angehörigen praktische Anleitungen, die genau auf ihren Pflegealltag zu Hause zugeschnitten sind. Sie erfahren Wissenswertes rund um das Thema Pflege, individuell auf die jeweilige Situation abgestimmt. Mit diesen Kursen haben die Betroffenen eine feste Ansprechpartnerin vor Ort. Nicole Lindemann ermuntert pflegende Angehörige, sich an sie zu wenden. „Ich zeige Ihnen Schritt für Schritt, wie Pflegehandlungen im eigenen Zuhause sicher und alltagstauglich umgesetzt werden können. Melden Sie sich bei Interesse oder Fragen gern bei mir“, so die „Pflege vor Ort“-Koordinatorin.



Diese Pflegekurse unterstützen die Familien direkt im häuslichen Umfeld mit verständlichen Informationen, praktischen Tipps und individuellen Begleitungen.

**Nicole Lindemann**  
„Pflege vor Ort“-Koordinatorin



Gleichzeitig wirbt sie für die monatlichen Pflegenden-Angehörigen-Treffen im „StadtLabor“, Bäckerstraße 37 in Perleberg. „Hier haben die Angehörigen die Möglichkeit, mit anderen Betroffenen ins Gespräch zu kommen und sich auszutauschen“, so die Koordinatorin. Gesetzliche Grundlage für das Programm „PfiFF – Pflege in Familien fördern“ ist der § 45 SGB XI, der Pflegekassen verpflichtet, für „Angehörige und an der Pflege interessierte Personen unentgeltlich Schulungskurse durchzuführen, um soziales Engagement im Bereich der Pflege zu fördern und zu stärken, Pflege und Betreuung zu erleichtern und zu verbessern sowie pflegebedingte körperliche und seelische Belastungen zu mindern und ihrer Entstehung vorzubeugen“. *dre*

**Zu erreichen ist Nicole Lindemann im Rathaus, Großer Markt 1a, Telefon: 03876/ 781-133, Mobil: 0151/55490594, E-Mail: pflegevorort@stadt-perleberg.de**

**„Pflege vor Ort“-Koordinatorin Nicole Lindemann bietet jetzt auch Pflegekurse zu Hause an.**  
Foto: René Hill/Stadt Perleberg

## Jetzt Ihre Klasse fürs neue Schuljahr beim MAZ-Medienprojekt anmelden!

Das kostenlose digitale Schulprojekt für die Klassen 7 bis 12.

- **3 Monate** Zugang zu MAZ E-Paper und MAZ+
- **Unterrichtsmaterialien** inklusive Arbeitsbögen
- **Medienkompetenz** realitätsnah und abwechslungsreich vermitteln
- **flexibler Start:** immer zum Monatsbeginn möglich



**Klasse anmelden oder Elternangebot nutzen:**  
[abo.maz-online.de/schule](http://abo.maz-online.de/schule)

