

# SCHUTZ VOR ZECKEN UND RICHTIGES ENTFERNEN

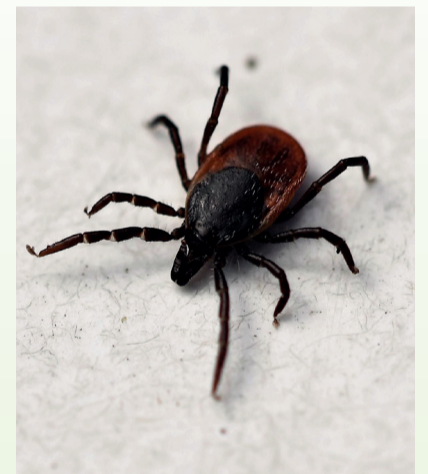
In Deutschland übertragen Zecken insbesondere die Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME) und die Lyme-Borreliose. Während die Übertragung von FSME-Erregern vor allem auf Risikogebiete beschränkt ist, kann eine Infektion mit Borrelien überall erfolgen. Eine Impfung ist nur gegen FSME, nicht aber gegen die Borreliose möglich. Zeckenstiche sollten Sie deshalb möglichst vermeiden:

- Bleiben Sie bei Spaziergängen möglichst auf festen Wegen und meiden Sie Unterholz, hohes Gras und Hautkontakt zu bodennahen Pflanzen.
- Ziehen Sie sich und Ihrem Kind beim Aufenthalt in möglichen Zeckengebieten wie Gras, Gebüsch oder Unterholz feste Schuhe an.
- Achten Sie auf helle Kleidung, die den Körper weitestgehend bedeckt. Hierauf lassen sich die Zecken leichter auffinden.
- Suchen Sie nach dem Aufenthalt in der Natur bei allen Beteiligten den Körper sorgfältig nach Zecken ab: Bevorzugte Saugstellen sind am Kopf und am Hals sowie unter den Armen, zwischen den Beinen und in den Kniekehlen.

## Was tun bei Fund einer Zecke?

- Entfernen Sie die Zecke möglichst rasch mit einer Pinzette oder einem speziellen Zeckenentfernungsinstrument.
- Fassen sie die Zecke im Kopfbereich so nah wie möglich an der Haut (niemals am vollgesogenen Körper!).
- Ziehen Sie die Zecke vorsichtig und mit gleichmäßigem Zug gerade heraus.
- Achten Sie darauf, dass die Zecke möglichst nicht gequetscht wird. Hierdurch könnte mit Krankheitserregern infizierter Speichel oder Darminhalt vermehrt oder schneller übertragen werden.
- Bedecken Sie die Zecke keinesfalls mit Öl, Klebstoff oder Nagellack. Auch dies erhöht das Risiko einer vermehrten oder beschleunigten Übertragung von Krankheitserregern.
- Desinfizieren Sie die Wunde nach Entfernen der Zecke sorgfältig.
- Eine Borreliose kann durch Antibiotika in der Regel wirksam behandelt werden. Suchen Sie auf jeden Fall die kinderärztliche Praxis auf, wenn Ihr Kind nach einem Zeckenstich Krankheitszeichen
- wie Fieber, Kopf- und Muskelschmerzen, Abgeschlagenheit zeigt.

Charakteristisch für eine Borrelien-Infektion ist in etwa 90 Prozent der Fälle zudem die sogenannte Wanderröte, eine sich ringförmig ausbreitende Rötung, die einige Tage bis Wochen später an der Einstichstelle, aber auch an anderen Körperstellen auftreten kann.



Quelle: Flyer Schutz vor Zecken und richtiges Entfernen Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ( [www.kindergesundheit-info.de/fileadmin/user\\_upload/kindergesundheit-info.de/Download/Zeckenschutz-und-sicheres-Entfernen\\_BZgA\\_kindergesundheit-info.pdf](http://www.kindergesundheit-info.de/fileadmin/user_upload/kindergesundheit-info.de/Download/Zeckenschutz-und-sicheres-Entfernen_BZgA_kindergesundheit-info.pdf) , CC BY-NC-ND)



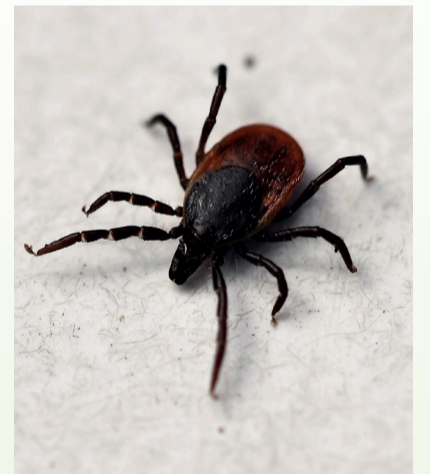
# PROTECTION AGAINST TICKS AND HOW TO REMOVE THEM

In Germany, ticks in particular transmit Tick-borne encephalitis (TBE) and Lyme disease. While the transmission of TBE pathogens is primarily restricted to risk areas, an infection with *Borrelia* can occur anywhere. Vaccination is only possible against TBE but not against Lyme disease, so you should avoid tick bites if possible.

- If possible, walk on firm paths and avoid undergrowth high grass, and skin contact with plants near the ground.
- Put on yourself and your child sturdy shoes when staying in possible tick areas such as grass, shrubbery or undergrowth.
- Pay attention to light-colored clothing that covers the body as much as possible, as this will make it easier to find the ticks.
- After spending time in nature, carefully look for ticks on everyone's body: preferred suction points are on the head and neck as well as under the arms, between the legs and in the back of the knees.

## What to do if a tick is found?

- Remove the tick as quickly as possible with tweezers or a special tick removal tool.
- Grasp the tick in the head area as close to the skin as possible (never on the full body!)
- Carefully pull the tick straight out with a steady pull.
- Make sure that the tick is not squeezed as far as possible, as this could increase or transfer saliva or intestinal contents infected with pathogens.
- Do not cover the tick with oil, glue or nail polish, as this also increases the risk of an increased or accelerated transmission of pathogens.
- Disinfect the wound carefully after the tick is removed.
- Lyme disease can usually be treated effectively with antibiotics. In any case, go to the pediatrician if your child shows signs of illness such as fever, headache and muscle pain after a tick bite a few days to weeks later at the puncture site, but also on other parts of the body.



Quelle: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ( [www.kindergesundheit-info.de/fileadmin/user\\_upload/kindergesundheit-info.de/Download/Zeckenschutz-und-sicheres-Entfernen\\_BZgA\\_kindergesundheit-info.pdf](http://www.kindergesundheit-info.de/fileadmin/user_upload/kindergesundheit-info.de/Download/Zeckenschutz-und-sicheres-Entfernen_BZgA_kindergesundheit-info.pdf) , CC BY-NC-ND)



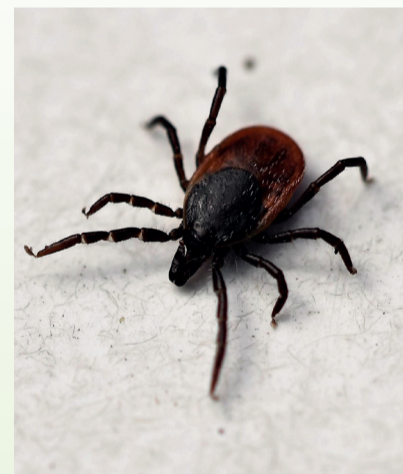
# Защита от клещей и их правильное удаление

В Германии клещи являются переносчиками, в частности, таких заболеваний, как весенне-летний клещевой менингоэнцефалит и клещевой боррелиоз (болезнь Лайма). В то время как опасность передачи возбудителей клещевого энцефалита ограничена и существует прежде всего в эндемичных районах, инфицирование боррелиями может произойти везде. Вакцинация возможна только против клещевого энцефалита, но не против клещевого боррелиоза. Поэтому, по возможности, не допускайте укусов лещей:

- Во время прогулок оставайтесь на твердой дороге, избегайте зарослей кустарников и высокой травы, а также контакта низкорослых растений с кожей.
- Находясь в таких местах возможного распространения клещей, как трава, кустарник или подлесок, взрослым и детям следует носить закрытую обувь.
- Надевайте максимально покрывающую тело светлую одежду. На ней легче увидеть клещей.
- После пребывания на природе произведите тщательный осмотр тела. Клещи предпочитают присасываться в области головы и шеи, а также в подмышках, паховой области и подколенных ямках.

## Что делать, если Вы нашли клеща?

- Удалите клеща как можно быстрее с помощью пинцета или специального инструмента для удаления клещей.
- Захватите клеща в области головы максимально близко к коже (никогда не захватывайте за наполненное кровью тело!).
- Осторожно вытащите его медленным движением по прямой.
- Постарайтесь не давить на клеща, так как при этом слюна и кишечное содержимое, зараженные возбудителями болезней, могут выделяться в большем количестве и быстрее.
- Не капайте на клеща маслом, клеем или лаком для ногтей. Это также увеличивает риск усиленной и ускоренной передачи возбудителей болезней.
- Удалив клеща, тщательно продезинфицируйте ранку в месте укуса.
- Клещевой боррелиоз, как правило, успешно лечится антибиотиками. Обратитесь в любом случае к детскому врачу, если у Вашего ребенка появились после укуса клеща такие симптомы болезни, как высокая температура, головные боли, боли в мышцах и общее болезненное состояние. Типичным симптомом боррелиоза, который проявляется почти в 90% случаев, является так называемая мигрирующая эритема. Она представляет собой постепенно увеличивающееся в диаметре кольцевидное красное пятно, которое может появиться на месте укуса (или же на других участках тела) в период времени от нескольких дней до нескольких недель.



Übersetzt von MiMi-Mediatorin Iryna Gorbachova, Die Übersetzung der Texte liegt in der Verantwortung der Stadt Bayreuth.  
Quelle: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ( [www.kindergesundheit-info.de/fileadmin/user\\_upload/kindergesundheit-info.de/Download/Zeckenschutz-und-sicheres-Entfernen\\_BZgA\\_kindergesundheit-info.pdf](http://www.kindergesundheit-info.de/fileadmin/user_upload/kindergesundheit-info.de/Download/Zeckenschutz-und-sicheres-Entfernen_BZgA_kindergesundheit-info.pdf) , CC BY-NC-ND)



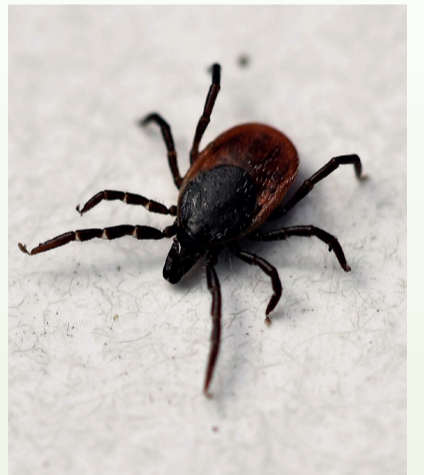
# መኸገሮችን እንዴት መከላከል እና ማስወገድ እንደሚቻል

በጀርመን ውስጥ መኸገሮች የመኸገር ወለድ ኢንፌክሽን Fröhsummer-Meningoenzephalities (FSME) እና Lyme-Borreliose በሽታን ያስተላልፋሉ። በሽታ Fröhsummer-Meningoenzephalities (FSME) አምጫ ስርጭቶች በዋነኝነት ለአደጋ ተጋላጭ አካባቢዎች የተገደቡ ቢሆኑም Lyme-Borreliose ኢንፌክሽን ግን በማንኛውም ቦታ ሊከሰት ይችላል። ክትባት ሊገኝ የሚችለው ለበሽታ ነው። የFröhsummer-Meningoenzephalities (FSME) በሽታ ግን ክትባት የሌለው በመሆኑ መኸገሮች እንዳይነክሱን መጠንቀቅ ይኖርባቸዋል።

- የሚቻል ከሆነ በአስፋልት መንገዶች ላይ ይጓዙ። ከሳር ጋር እና ከእጽዋት ጋር አይነካኩ።
- መኸገሮች ሊገኙባቸው በሚችሉ እንደ ሣር፣ ቁጥቁጥ እና የመሳሰሉ ስፍራዎች ላይ ለእራስዎ እና ለልጅዎ ጠንካራ ጫማ ያድርጉ።
- በተቻለ መጠን ሰውነትን የሚሸፍኑ ቀለል ያሉ ቀለሞች ላላቸው ልብሶች ትኩረት ይስጡ፣ ምክንያቱም መኸገሮችን ለማግኘት ቀለል ያደርገዋል።
- ደን ወይም ጫካ ውስጥ ጊዜዎን ካሳለፉ በኋላ በእያንዳንዱ ሰው አካል ላይ መኸገሮችን በጥንቃቄ ይፈልጉ። መኸገሮች በጭንቅላት፣ በአንገት፣ በእጆች ስር፣ በእግሮች መሃል እና በጉልበቶች ጀርባ መካከል ሊጠበቁ እንደሚችሉ አይዘንጉ።

## መኸገሮች ከተገኙ ማድረግ የሚገባዎ

- መኸገሩን በወረንጦ ወይም በመኸገር መንቀያ መሳርያ በተቻለ ፍጥነት ያስወግዱ።
- በተቻለ መጠን መኸገሩን ሆዱ ላይ ሳይሆን ጭንቅላቱ ላይ በመያዝ ይንቀሉ።
- መኸገር በጥንቃቄ በመጎተት በቀጥታ ያውጡት።
- መኸገር በምራቁ እና በአንጀት ይዘቱ ውስጥ በሽታ አምጫ ተህዋስያን ሊሸከም ስለሚችል ከገላዎ ላይ በሚነቅሉበት ሰአት ቆይታ ላይ እንዳይፈነዳ ጥንቃቄ ያድርጉ።
- የበሽታ መጨመር ወይም የተፋጠነ የበሽታ ስርጭትን የመያዝ አደጋ ሊጨምር ስለሚችል መኸገሩን በዘይት፣ በማጣበቂያ ወይም በጥፍር ቀለም አይሸፍኑ።
- መኸገሩ ከተወገደ በኋላ ቁስሉን በጥንቃቄ ያጥፉ።
- የላይም በሽታ ብዙውን ጊዜ አንቲባዮቲኮችን በመጠቀም በብቃት ሊታከም ይችላል። በየትኛውም ሁኔታ ልጅዎ በመኸገር ከተነከሰ በኋላ እንደ ትኩሳት፣ ራስ ምታት እና የጡንቻ ህመም ያሉ ምልክቶች ከታዩ ወደ የሕፃናት ሐኪም ይሂዱ።



Übersetzt von MiMi-Mediatorin Hewan Feleke, Die Übersetzung der Texte liegt in der Verantwortung der Stadt Bayreuth. Quelle: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ( www.kindergesundheit-info.de/fileadmin/user\_upload/kindergesundheit-info.de/Download/Zeckenschutz-und-sicheres-Entfernen\_BZgA\_kindergesundheit-info.pdf , CC BY-NC-ND)



Geleitet durch Bayerisches Staatsministerium des Innern, für Sport und Integration



# ጥንቃቄ ካብ መንከስቲ ቁርዲድን ቁኑዕ ምእላይ ካብ ሰብነትን

አብ ጀርመን ቁርዲድ ፍሩህ -ሶመር መኒንግግን (Fruh-sommer Meningoen zephalitis) ላይመ-ቦረ ሊዮሲ (Layme-Borreliose) ዝበሃሉ ክልተ ሕመማት ከመሓላል ፍይኸእል። FSME አብ ናይ ሓይገ ተባሂሉ ዝፍለጥ ከባቢታት (Risikogebiete) ከመሓላል ፍይኸእል ኮይኑ ምትሕልላ ፍላይመ-ቦረ ሊዮሲ (Layme-Borreliose) ጊን አብ ኩሉ ከባቢታት ክፍጸም ይኸእል። ክታቦት አንጻር FSME እምበር አንጻር ሕመም ቦርረዮሲ (Borrelios) ዝከአል አይኮነን። ስለዝኾነ ድማ ብዝተኸእለ መጠን መንከስቲ ቁርዲድ (Zecken) ከነወጊድ ይግባእ።

- በርኽ አብ እትንቀሳቀሰሉ ጊዜ (Spaziergang) ብዝተከእለ አብ ናይ ሓይገ ጽፍይ ክትከይድ ይግባእ። አብ ናይ ሓይገ ጽፍይ ክትከይድ ይግባእ። አብ ናይ ሓይገ ጽፍይ ክትከይድ ይግባእ። አብ ናይ ሓይገ ጽፍይ ክትከይድ ይግባእ።
- ቁርዲድ ክህልዎም አብ ዝኸእል ከባቢታት ንአብነት ከምነወጊድ ሓይገ ጽፍይ ክትከይድ ይግባእ። አብ ናይ ሓይገ ጽፍይ ክትከይድ ይግባእ። አብ ናይ ሓይገ ጽፍይ ክትከይድ ይግባእ። አብ ናይ ሓይገ ጽፍይ ክትከይድ ይግባእ።
- ደሚቅ ዝሕብሩ ክዳን (helle kleidung) ክዳውን ቲ ወዲኽን በርኽ ዘይምንቅስቃስ፡ ምኽንያቱ ቁርዲድ ብቀሊል መንገዲ ኪረከብ ከስለ ዝሕግዞ።
- ድሕሪ ጸንሖት አብ በርኽ ናይ ሓይገ ጽፍይ ክትከይድ ይግባእ። ቁርዲድ ዝሸጎ ጠሎም ክፍሊ አካላት እዞም ዝስዕቡ እዮም፡ ርእሲ፡ ክሳይ፡ ቱሽቱሽ ከምኡ ውን አብ መንጎ አእጋር (አብ መዕጻፊ አብራክ)።

## አብ አካላትካ ቁርዲድ ምስ እትረክብ እንታይ ክትገብር ይግባእ ከ?

- I. ብዝተከእለ መጠን መንከስቲ ቁርዲድ ወይ ድማ መእለዪ ቁርዲድ ተባሂሉ ዝተሰርሖ ሓይገ ጽፍይ መሳርሒ ብምጥቃም ቁርዲድ ካብ አካላትካ ከተርሕቐ ይከአል።
- II. ነቲ ቁርዲድ ብዝተከእለ መጠን ርእሱ ምስ ሕርግ ብምጥቃም ክተከይድ ይግባእ። ምሉእ አካላትካ ብምጥቃም ክይትሕዞ።
- III. ብጥንቃቄ ብዝተመጣጠነ ፍጥነት ትኽካቢል ከስሕብካ አውጽአዮ።
- IV. ንከይትጭፍላ ቆጥንቃቄ ግብ፡ ምኽንያቱ በቲ አብ ውሽጢ ከብዲ'ቲ ቁርዲድ ዝረከቡ ዝተሰመሙን ሕመም ዘቃልዑ ህዋሳት፡ ሕመም ናይ ምትሕልላ ፍላይመ-ቦረ ይደርሱ ከቀላ ጠፍን ስለ ዝኸእሉ።
- V. ነቲ ቁርዲድ ብዘይቲ፡ ማስትሺ ወይ ድማ ናይ ጽፍይ ልካይ (አዝማልቶ) መሳርሒ ገርካ ዘይምሽፋን፡ ምኽንያቱ ከምዚ ብምግባር ካሓይገ ጽፍይ ምትሕልላ ጠፍን ተመሓላል ፍቲ ሕመምት ከስዕብ ስለ ዝኸእል።
- VI. ነቲ ቁርዲድ ካብ ነብስኻ ምስ አለኻዮ እቲ ቁርዲድ ድቶል ኪትግኡ ብረሉ አለካ።
- VII. እቲ ቦርረዮሲ (Borreliose) ብመንከስቲ ቁርዲድ ዝመሓላል ፍይኸእል ሕመም ባንቲቢዮቲክ (Antibiotic) ክፍወስ ይኸእል። ሓይገ ጽፍይ ካሓይገ ጽፍይ ምንካሱ እዞም ዝስዕቡ ምልክታት ክምረስኒ፡ ቃንዘር እሲን ጭዋዳታትን ከምኡ ውን ድኻም ምስ ዘርኢ ናብ ሓይገ ጽፍይ ሕመም ቆልዑት ክንወስዶ ይግባእ። ካብ ባህርያት መልክፍቲ ቦርረዮሲ (Borreliose) እቲ አስታት 90% ብቀይሕ መንገዲ ብምፍለጥ ከይኮነ፡ ንሱ ድማ ቅለበት ዝቅርጹ ቅይሒ እዩ። እዚ ምልክት እዚ ድሕሪ ገለ መዓልታት ወይ ሳምንታት አብ ቦታ መንከስቲ ወይ ውን አብ ካልእ ክፋል ሰብነት ክርከይ ይኸእል።



Übersetzt von MiMi-Mediatorin Omer Mussa, Die Übersetzung der Texte liegt in der Verantwortung der Stadt Bayreuth. Quelle: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ( www.kindergesundheit-info.de/fileadmin/user\_upload/kindergesundheit-info.de/Download/Zeckenschutz-und-sicheres-Entfernen\_BZgA\_kindergesundheit-info.pdf , CC BY-NC-ND)

