

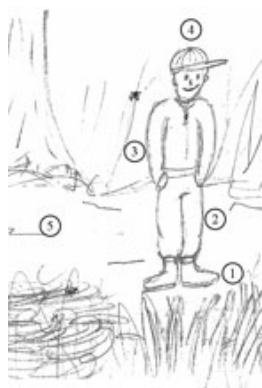


## Teken, wat je zeker moet weten!

Met de lente in aantocht en het mooie weer in zicht voelen veel mensen de wandel- en fiets kriebels weer boven komen. Een paar handige tips kunnen ervoor zorgen dat je pret niet wordt bedorven door teken, die volop meegenieten van deze ideale weersomstandigheden om een prooi te vinden. De teek kan drager zijn van de *Borrelia* bacterie die bij mensen de ziekte van Lyme kan veroorzaken. Indien je de teek binnen de 24 uur op een correcte manier verwijderd is de kans op besmetting heel klein.

Özlem Bozkurt

Afdeling Toezicht Volksgezondheid Brussel, Vlaams Agentschap Zorg en Gezondheid



Enkele tips vooraf en tijdens het wandelen of fietsen:

1. draag gesloten schoenen;
2. doe een lange broek aan en stop je broekspijpen in je sokken;
3. draag kledij met lange mouwen;
4. teken kruipen vaak op het hoofd van een kind, laat hen een pet dragen als extra bescherming;
5. vermijd contact met struikgewas en hoog gras, blijf zoveel mogelijk op de paden.



Ga je naar een natuurgebied waar veel teken voorkomen, dan kan je je huid en die van kinderen insmeren met insectenwerende middelen op basis van DEET. Let wel, deze bieden slechts tijdelijk bescherming. Wees extra voorzichtig bij kinderen en gebruik bij hen enkel een product met maximaal 20% DEET.



Meer informatie over de teek en de ziekte van Lyme kan je vinden op de website van het Agentschap Zorg en Gezondheid [www.zorgengezondheid.be/teken.aspx](http://www.zorgengezondheid.be/teken.aspx). Op deze website kan je tevens de folder 'Teken, wat je zeker moet weten!' downloaden en bestellen.

## Nieuwsbrief

- [Inhoud](#)
- [Onderzoek te Hoboken](#)
- [Opvolgstudie Neurologie](#)
- [Jongeren gezocht!](#)
- [Onderzoek in creches](#)
- [Integratie is GISsen](#)
- [Eikenprocessierupsen](#)
- [Teken](#)
- [MMK-nieuwsbrief](#)
  
- [Nieuwsbrief](#)
- [Archief](#)
- [De Sneeuwbal](#)
- [Inschrijven](#)
- [Auteursrichtlijnen](#)
- [Redactie](#)

© Copyright 2007 Steunpunt Milieu en Gezondheid