

Questo opuscolo è stato realizzato in collaborazione con:

Francesco Nazzi, Simone Del Fabbro
Dipartimento di Biologia e protezione delle piante, Università di Udine

Maurizio Ruscio
Centro regionale della rete nazionale di prevenzione, sorveglianza, diagnosi e terapia della malattia di Lyme - Laboratorio di Chimica Clinica e Microbiologia, ASS 4 "Medio Friuli"

Andrea Iob
Dipartimento di Prevenzione, ASS 3 "Alto Friuli"

- ▶ ■ Non sedersi e non sostare nell'erba alta o in prossimità di cespugli e vegetazione incolta.
- Applicare prodotti repellenti per insetti sulla pelle scoperta o sui vestiti, seguendo scrupolosamente le avvertenze riportate nelle confezioni.
- Durante l'escursione controllarsi frequentemente per rimuovere eventuali zecche non ancora attaccate.
- Al rientro dall'escursione spazzolare i vestiti, lavarsi e controllare tutto il corpo (meglio se con l'aiuto di qualcuno), senza trascurare la schiena e il cuoio capelluto.

Come togliere una zecca?

Nel caso si trovi una zecca sulla pelle, bisogna rimuoverla subito evitando di cospargerla con sostanze oleose o irritanti e proteggendo le mani.



Per asportarla correttamente è necessario prendere una pinzetta e con questa afferrare la zecca il più vicino possibile al punto di inserzione nella cute, senza schiacciarla; tirare delicatamente, senza strappi fino al distacco. Disinfettare la zona.

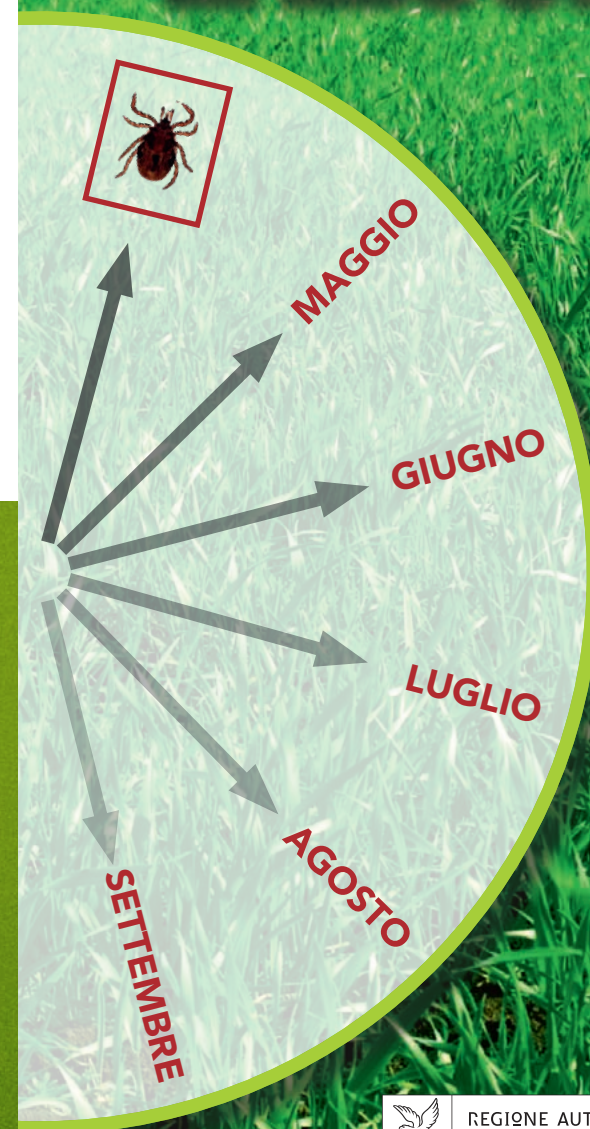
Cosa fare dopo aver rimosso la zecca?

È utile annotare la data di rimozione ed eventualmente la località in cui si è stati morsi. Controllare tutti i giorni l'area interessata per individuare eventuali segni di infezione. Qualora si manifesti un arrossamento in corrispondenza del morso o compaiano sintomi simil-influenzali (febbre, stanchezza, dolori muscolari, ecc.) è necessario consultare un medico, segnalando il morso di zecca.

i

Per ulteriori informazioni rivolgersi al Dipartimento di Prevenzione della propria Azienda Sanitaria oppure al proprio medico di medicina generale.

è TEMPO di ZECCHHE



1 Cosa sono le zecche?

Le zecche sono piccoli parassiti simili a ragni e sono ampiamente diffuse in molti ambienti naturali.

La zecca dei boschi è scura e molto piccola, difficile da vedere: nello stadio di larva non è più grande di una testa di spillo, lo stadio successivo di ninfa è grande circa

1 mm e mezzo, mentre l'adulto è di poco più grande.

Per sopravvivere le zecche sono obbligate a nutrirsi di sangue: necessità che le spinge ad aggredire indifferentemente gli animali e l'uomo. Il morso è indolore, ma può costituire un'insidia per la salute.

Dove e quando si incontrano?

Le zecche popolano abitualmente gli ambienti naturali, sostando nell'erba e tra il fogliame. Prediligono gli ambienti umidi e ombreggiati, in particolare i boschi e i loro margini, solitamente a quote inferiori ai 1.500 metri. Molto spesso stanziano nei prati incolti, ai bordi dei sentieri e nelle aree di passaggio di animali selvatici.

Negli ultimi anni la loro presenza è segnalata anche in molte aree rurali e urbane. Nella nostra regione le zecche sono abbondanti dalla primavera all'autunno, particolarmente da marzo a giugno.

Sono pericolose?

Sì, possono esserlo: quella più pericolosa per l'uomo è la zecca dei boschi (*Ixodes ricinus*). Durante il pasto possono contagiare l'uomo trasmettendo diversi agenti infettivi (batteri, virus, ecc) responsabili di malattie



anche complesse, talora serie, non sempre facili da riconoscere. Nella nostra regione sono responsabili della trasmissione della Borrelia (malattia di Lyme) e del virus della meningoencefalite da zecca (TBE).

2 Come si manifesta la malattia di Lyme?

L'infezione da Borrelia inizia più frequentemente con un arrossamento della pelle localizzato nella zona del morso. La lesione compare a distanza di circa due settimane (da 7 a 30 giorni) e tende lentamente a ingrandirsi progressivamente; per questo motivo è chiamata eritema migrante.



In alcuni casi la malattia può esordire con inusuale stanchezza, dolori ai muscoli e alle articolazioni, mal di testa, difficoltà di concentrazione, paralisi del nervo facciale. Se non curata in questa fase, la malattia può progredire e cronicizzare causando seri danni alle articolazioni, al sistema nervoso, al cuore e ad altri organi.

Come si cura la malattia di Lyme?

La malattia di Lyme può essere trattata in modo efficace con l'assunzione di antibiotici nelle dosi,

con le modalità e per i tempi prescritti dal medico.

Una terapia corretta, iniziata tempestivamente, è in grado di stroncare l'infezione e di evitarne le complicanze.

Per questa malattia non esiste un vaccino e ci si può ammalare più volte.

3 Che cos'è la meningoencefalite da zecca (TBE)?

La meningoencefalite da zecca o TBE è una malattia di natura virale che può colpire il sistema nervoso centrale e/o periferico. Questa malattia può avere un decorso serio e potenzialmente grave.

Come si manifesta la TBE?

Solitamente l'esordio è simile a quello dell'influenza: compaiono febbre, mal di testa e dolori muscolari a distanza di 7-14 giorni dal morso di zecca.

Nel 20-30% dei casi, dopo alcune settimane di miglioramento può ricomparire febbre molto elevata, mal di testa, dolore alla schiena, perdita di sensibilità e paralisi agli arti, confusione mentale.

Le manifestazioni più gravi rendono necessario il ricovero in ospedale e richiedono una lunga convalescenza. In taluni casi la malattia può avere conseguenze permanenti ed invalidanti.

Esiste una cura specifica per la TBE?

No, non esiste una terapia specifica.

La TBE si può prevenire?

Sì, attraverso la vaccinazione.

Poiché non esiste una cura per la TBE, il miglior modo per prevenirla è la vaccinazione, consigliata a chi vive, lavora o frequenta abitualmente le zone a rischio per tale infezione.

Il ciclo vaccinale prevede la somministrazione di tre dosi, per via intramuscolare a intervalli periodici. Le prime 3 dosi nell'arco di un anno e successivamente un richiamo dopo 3 anni. La protezione contro il virus della TBE comincia a formarsi solo dopo la 2° dose.

Il vaccino è disponibile presso gli Ambulatori vaccinazioni della tua Azienda per i Servizi Sanitari.

4 Come evitare le punture di zecca?

- Indossare un abbigliamento appropriato, di colore chiaro (che rende più evidente la presenza delle zecche), in grado di coprire quanto più possibile il corpo (pantaloni lunghi infilati nei calzoncini e camicia a maniche lunghe infilata nei pantaloni) e proteggere i piedi con scarpe alte sulle caviglie.
- Camminare al centro dei sentieri. ►

