

# Week van de Teek brengt goed nieuws: veilig werken kan

Voorlichtingsprogramma wegens coronacrisis doorgeschoven naar laatste week juni

**Teken zijn behalve in de natuur ook actief in stedelijk groen. De groene sector is er alerter op geworden, zodat werkers in natuur en stedelijk groen zich veilig kunnen voelen. Bewustzijn van de risico's en kennis van de vereiste maatregelen zijn de oplossing. Precies dat is het doel van de jaarlijkse Week van de Teek, dit jaar van 22-26 juni.**

Auteur: Bart Mullink

Het plan voor de Week van de Teek moest worden omgegooid door de coronacrisis. De bedoeling was eerst om deze week van 6 tot en met 12 april te houden. Zodra het voorjaar zich een beetje laat gelden, zijn teken actief, weet Mirjam de Groot van Stigas. Zij verzorgt in het kader van die week de voorlichting aan mensen die in de agrarische sector en overige groene sectoren werken. De boodschap is helder: met de juiste maatregelen valt prima te werken in het groen, zonder veel risico om ziek te worden door een tekenbeet. Volgens haar gaat het snel de goede kant op, maar moeten er nog wel puntjes op de i worden gezet. De Week van de Teek dient om het bewustzijn bij allerlei doelgroepen te vergroten en informatie onder de aandacht te brengen over het voorkomen van tekenbeten en van de ziektes die door tekenbeten worden overgedragen: vooral de ziekte van Lyme, maar er zijn meer – minder veelvoorkomende – ziektes die je bij een tekenbeet kunt oplopen.

Diana Uitdenbogerd van de Stichting Tekendeelzaken, een organisatie die onder

meer fondsen werft voor wetenschappelijk onderzoek, kent schrijnende gevallen. Jaarlijks lopen meer dan 20.000 mensen een infectie op door een tekenbeet, op ruim een miljoen beten. 'De besmettingskans is zo'n 2 tot 3 procent.' Bij tijdige behandeling is de genezingskans groot, maar als de ziekte van Lyme langer in het lichaam blijft, kunnen ernstige en langdurige klachten het gevolg zijn. 'Snel behandelen met antibiotica is belangrijk.'

Als de ziekte zich eenmaal vast in het lichaam heeft genesteld, kan hij zich op verschillende manieren uiten. 'Niet iedereen ontwikkelt dezelfde klachten en we weten nog maar weinig over hoe dat komt. Soms herkennen artsen de klachten ook niet direct, waardoor mensen gaan shoppen in het medische circuit', weet Uitdenbogerd. Mensen voelen zich onbegrepen en zijn bereid alles te doen wat kan helpen, waaraan ze soms veel geld kwijt zijn. Uitdenbogerd kan het wel begrijpen, juist omdat er zo weinig harde informatie bestaat over wat kan werken.



6 min. leestijd

In een recent verschenen boek getiteld *Lyme style* beschrijft auteur Carina van Welzenis ervaringen uit de praktijk met chronische lymepatiënten. Ze geeft adviezen over gezond leven en over het accepteren van het feit dat de grenzen van wat je aankunt eerder in zicht komen. Ook geeft ze veel tips over voeding en allerlei heilzame middeljes op basis van praktijkervaringen – niet allemaal wetenschappelijk onderbouwd, maar baat het niet, dan schaadt het niet is een relatief veilige gedachte. ‘Als je heel erg ziek bent, probeer je een heleboel’, zegt Uittenbogerd hierover. ‘Voedingsmiddelen zijn zeker een belangrijk onderwerp voor lymepatiënten. Maar we weten nog niet waarom

**‘Zolang mensen er zelf geen ervaring mee hebben, zien ze het belang niet’**

chronische lyme mensen zo ziek maakt; het kan veel oorzaken hebben. Er lopen allerlei onderzoeken waarvan we hopen dat die een antwoord opleveren.’

#### **Rolstoel**

Dit jaar wordt Hein van Asperen, onder (veel) meer oud-directeur van Staatsbosbeheer, tachtig jaar oud. Het is al ruim dertig jaar geleden dat hij zich door zijn werk bewust werd van het risico dat zijn medewerkers door tekenbeten de ziekte van Lyme konden oplopen. ‘Ik heb ze nog steeds voor ogen: mensen die ziek werden, en zelfs in een rolstoel terechtkwamen.’ Hij werd zelf ook ziek. ‘Niet ernstig, gelukkig. Ik heb destijds medicijnen gehad en die hebben goed geholpen.’

Hij reageerde destijds met een programma om medewerkers van Staatsbosbeheer te informeren over het voorkomen van tekenbeten en de ziekte van Lyme. Het bewustzijn in de groene sector heeft hij pas de laatste tien tot vijftien jaar zien toenemen, met zeer positieve gevolgen. ‘Ik ben daarvan onder de indruk. Ik ben bij Stigas geweest en heb daar gezien hoe organisaties uit de groene sector samen de ontwikkelingen volgen en kijken wat ze moeten doen.’ De andere kant is, erkent hij, dat er veel tijd overheen is gegaan. Zolang mensen geen ervaring hebben met het probleem, lijken ze weinig geneigd om het belangrijk te vinden. Als voorbeeld van hoe het tijd kan keren, ziet hij de ontwikkeling van persoonlijke bescherming:

‘Toen ik in 1988 bij Staatsbosbeheer kwam, schaamden mensen zich om gehoorbescherming te dragen. Nu is dat algemeen geaccepteerd. Met maatregelen voor tekenpreventie gaat het dezelfde kant op’, denkt hij.

Terwijl de werkers in het groen al alerter zijn op de risico's, ziet Van Asperen dat minder sterk bij het publiek dat ze bedienen: de bezoekers van het groen. Hij denkt dat een groot deel van de wandelaars in bos en natuur weinig weet van wat er allemaal rondkruipt en wat de gevolgen daarvan kunnen zijn. Gelukkig zijn bij de Week van de Teek ook organisaties betrokken die zich op het publiek richten, stelt hij vast. Daaronder is ook de Stichting Tekenbeetzieken, waarvan hij tot recent bestuurslid was. Terreinbeherende organisaties kunnen volgens Van Asperen bijdragen aan verbetering door hun bezoekers te informeren met het materiaal dat deze stichting voor een breed publiek heeft ontwikkeld.

#### **Tuinen en parken**

Beschermende kleding dragen en na elk bezoek aan het groen een tekencheck doen, dat is de boodschap voor zowel werkers als gebruikers van bos, natuur en groenvoorziening, inclusief de eigen tuin. Het risico op een tekenbeet is niet overal even groot, weet Fedor Gassner van *Gassner Biologisch Risico Advies*. Voor bos- en natuurgebieden is het beeld helder: ‘Daar zitten veel meer teken dan in stedelijk groen. Als je kijkt naar de tuindata, dan zie je dat tuinen die grenzen aan bos vanzelfsprekend het vaakst tekentuinen zijn. Maar opvallend genoeg kom je ook in hartje stad tekentuinen tegen die redelijk door infrastructuur geïsoleerd en met schuttingen omheind zijn.’

Van het totale aantal tekenbeten vindt meer dan dertig procent plaats in tuinen (inclusief die in buitengebieden) en twintig procent in stedelijk gebied (tuinen en openbaar groen). Gassner: ‘Het is veel lastiger om iets te zeggen over de risico's in stedelijk gebied, omdat we daarvan een incompleet beeld hebben. We weten niet precies waar je veel teken zult aantreffen. Op de meeste plaatsen zul je er niet heel veel vinden, maar op sommige plaatsen juist wel, bijvoorbeeld omdat daar net een kat of ander dier heeft liggen slapen waar een paar teken af zijn gevallen. Als je net daar aan het werk gaat en je bent niet goed beschermd, loop je een aanzienlijk risico te worden gebeten door een teek. En dan blijken ze ook nog in relatief sterke mate besmet.’



*Vrouwteestek, mannetestek, nimf en larve samen op een duimnagel. foto: RIVM*





Diana Uitdenbogerd

## ‘Snel behandelen met antibiotica is belangrijk’

## ‘Het beeld van de tekenpopulatie in stedelijke gebieden is nog incompleet’



Hein van Asperen waarschuwde dertig jaar geleden als directeur van Staatsbosbeheer al voor het tekenbeetgevaar.

Gassner is gepromoveerd als onderzoeker naar het voorkomen van teken in verschillende gebieden. Hij voerde onder meer samen met de GGD Utrecht een onderzoek uit naar het voorkomen van teken in stedelijk gebied in de regio Utrecht. Het goede nieuws bleek: in gemaaide gazons zitten heel weinig teken; het risico op een beet is daar bijna nul. ‘Je vindt ze soms wel in de schaduw van struiken langs de randen. Hoe verder je daarvandaan blijft, hoe kleiner de trefkans. Ik ben trouwens van mening dat kinderen vooral lekker in het groen mogen struinen; als je ze daarna maar controleert op teken.’

### Voorkomen

Of er nu veel of weinig teken zijn, voor werkers in de groenvoorziening bestaat een adequate standaard voor beschermende kleding, weet Mirjam de Groot. Zij verwoordt de visie hierop van Stigas, kennisinstelling én preventiedienst voor de groene sector. Dat is een vruchtbare combinatie, verklaart ze, mede doordat voorkomen beter is dan genezen. Ze onderstreept: ‘Het is nodig om te handelen op basis van kennis en onderzoek en daarmee te zorgen voor bewustwording.’ Op de hotspots, waar veel teken voorkomen, kunnen nog extra beschermingsmaatregelen gewenst zijn, zo is de boodschap, zoals

bedekkende kleding, die op zich al beschermt tegen tekenbeten, maar ook in de fabriek is behandeld met permethrin.

Verder wordt voor de Sallandse en Utrechtse Heuvelrug vaccinatie geadviseerd tegen een relatief nieuwe ziekte die eveneens door teken kan worden overgebracht: tekenencefalitis. De Groot: ‘Verder zou ik vooral zeggen: controle, controle en nog eens controle, met voldoende licht en met hulpmiddelen zoals spiegels om het hele lichaam te kunnen nalopen. Overal.’ Mensen die werken in de groenvoorziening, in bos en natuur of als hovenier, hebben volgens haar in elk geval wel voldoende basiskennis over dit soort zaken: ‘Dat mag je verwachten na veertien jaar voorlichting.’ Of dat zo is, onderzoekt Stigas ook serieus. ‘We houden dat bij via vragen in de risico-inventarisatie: of bedrijven voorlichting geven en de persoonlijke beschermingsmiddelen goed voor elkaar hebben. Personeel van die bedrijven zullen we niet gauw hoeven ontvangen op het arbospreekuur met de ziekte van Lyme. We zien dat de bewustwording flink is toegenomen, maar ook dat hier en daar nog wel wat moet gebeuren.’

### Wel of geen geïmpregneerde kleding?

Met permethrin geïmpregneerde werkkleding biedt extra bescherming tegen tekenbeten. Deze wordt vooral aanbevolen voor gebieden waar veel teken voorkomen en de kans op besmetting groot is. Fedor Gassner heeft zich als technisch voorzitter van de Europese commissie voor beschermende kleding grondig verdiept in de eigenschappen ervan en ziet vooral voordelen. Een voorwaarde daarbij is wel dat de kleding op de juiste manier wordt

behandeld. Vooral door verkeerd wassen gaat de werking achteruit, zo weet hij: ‘Fabrikanten zouden de kleding standaard moeten leveren met heldere was- en droogvoorschriften.’ De gestelde normen gelden voor fabrieksmatig geïmpregneerde kleding en garanderen bij juist gebruik een langdurige effectiviteit tegen teken, volgens Gassner. Over de veiligheid van goedgekeurde geïmpregneerde kleding hoeven gebruikers zich geen zorgen te maken, zegt hij: ‘Permethrin is weliswaar een

zogenoeten biocide, maar heeft voor mensen geen nadelige effecten.’ Wel vindt hij dat de dosering bij toepassing nooit onnodig hoog zou moeten zijn, wat in principe geldt voor alle bestrijdingsmiddelen. Tegelijkertijd onderstreept hij: ‘Alle onderzoeken bij mensen die zijn blootgesteld aan het middel, bijvoorbeeld in de landbouw en in het leger, ook over langere periodes, zijn op een rijtje gezet. Daaruit is geen enkel verband met mogelijke gezondheidsschade gebleken.’



**‘Controle, controle en nog eens controle’**



Mirjam de Groot



Meer nog dan voor bedrijven die groen als specialiteit hebben, geldt dat voor particulieren, denkt Gassner. ‘Je mag hopen dat de meeste hoveniers en bedrijven in de groenvoorziening door de wol geveerd zijn.’ Desondanks kan hij zich voorstellen dat zelfs daar de aandacht er weleens bij inschiet. ‘Veel mensen zullen in de bebouwde kom lange tijd geen tekenbeet oplopen. Als je al die voorzorgsmaatregelen neemt, elke dag die tekencontrole uitvoert en al een half jaar niets vindt, kun je je gaan afvragen of het risico wel zo groot is en de controle wellicht een keer overslaan. Misschien ben je dan geen grote zondaar; het heeft te maken met het inschatten van risico’s, al is dat zoals gezegd moeilijk als het gaat om stedelijk gebied. Als je alleen op gemaaide gazons komt, is er weinig risico. Dat geldt evengoed voor mensen die vanaf een stoep een rozenperk schoffelen. Daar is wel discussie over, maar er

**‘Dat de kans op een tekenbeet geen nul wordt, maar wel heel klein, valt te accepteren’**

zijn meer redenen om beschermende kleding te dragen dan alleen teken, zoals infecties of zonnebrand.’ En als het om bezoekers gaat, kan Gassner zich voorstellen dat niet iedereen die even een bos of park in loopt daarna een complete tekencheck doet. Behalve voor particulieren, is er volgens hem extra voorlichting nodig voor sportinstructeurs, toezichthouders zoals boa’s en personeel van basisscholen. Hij onderschrijft de noodzaak om de risico’s zo klein mogelijk te maken, maar in veel gevallen zijn die volgens hem al beperkt. Dat de kans op

een tekenbeet nooit helemaal nul zal zijn, maar wel heel klein, moeten we accepteren, vindt hij: ‘Het vermogen tot risicoacceptatie en relativering is ook belangrijk.’