

De teek

Minuscule vampier



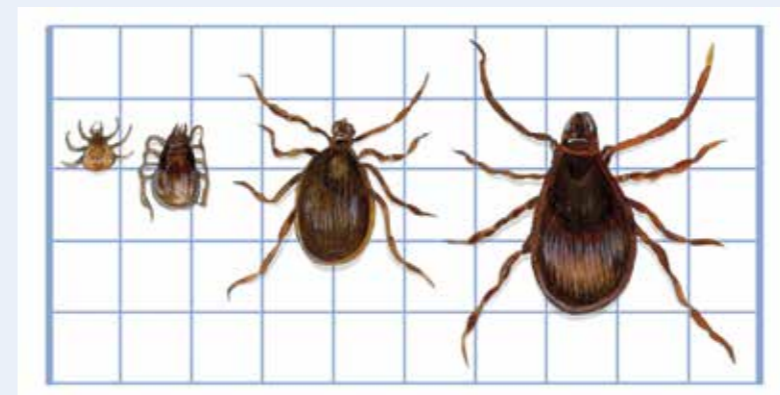
Teken zijn klein, je ziet ze vaak pas als ze zich hebben volgezogen met bloed. Dat is meestal even schrikken. Toch zijn teken boeiende bestjes.

Tekenprikkers?

Voor mensen zijn teken meer een last dan een lust. Ze gebruiken ons en andere warmbloedige wezens om van te leven. Een teek moet zich voor zijn groei en overleving een paar keer in zijn leven barstensvol bloed zuigen. Over natuurlijke vijanden van de teek is niet veel bekend. Al is het nog nooit waargenomen, tekenexperts denken dat vogels zoals de spreeuw een volgezogen exemplaar best van het vee kunnen pikken om op te eten.

Een afwisselend leven

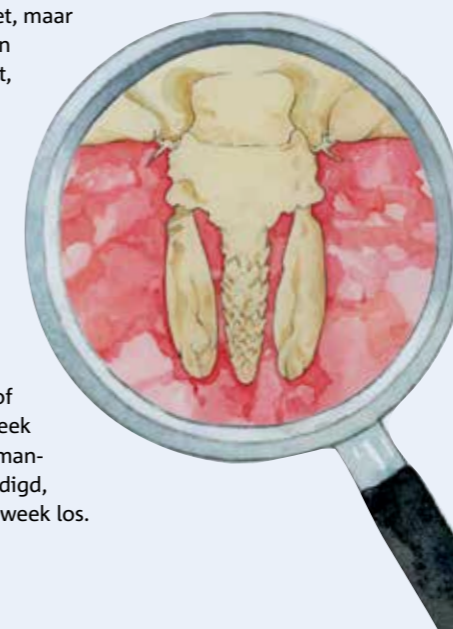
Teken komen niet kant-en-klaar uit het ei. Eerst is er de larve, daarna de nimf en tot slot het volwassen dier. Bij elke stap pelt de teek zijn oude skelet af door middel van vervelling. Dat gebeurt na een bloedmaaltijd en duurt steeds een paar dagen. Tussen larve en nimf krijgt de teek er een paar poten bij: van zes naar acht. En van nimf naar volwassen teek wordt het pas een mannetje of vrouwtje. De hele levenscyclus duurt ongeveer twee jaar, want teken kunnen lang zonder voedsel. Slaan ze toe, dan zijn vooral de vrouwtjes bloeddorstig. Van 3 millimeter zwellen ze tot ruim drie keer zo groot op. Hun eiwitrijke maaltijd gebruiken ze om eitjes te maken.



Larve, nimf, mannetje en vrouwtje van de teek.

Bijten of steken?

We spreken altijd van een tekenbeet, maar dat is eigenlijk fout. Teken steken en klampen zich aan hun gastheer vast, dat is heel anders dan muggen die na hun beet meteen wegvliegen. Voor hun vasthoudendheid hebben teken een steeksnuit voor in de kop. Sterk vergroot ziet die eruit als een zwaard met weerhaken. Met dit wapen boort de teek zich in de huid en 'spuugt' via een hol kanaal een verdovende stof naar binnen. Je voelt een tekenbeet dus niet. Ook gaat de stof bloedstolling tegen, waardoor de teek lange tijd kan blijven drinken. Een mannetjesteek is na zo'n acht uur verzadigd, een vrouwtje laat soms pas na een week los.



Hoe herken je een teek?

Omdat ze bloed zuigen denken veel mensen dat teken insecten zijn. Toch zijn ze verwant aan spinnen. Belangrijk verschil zijn de acht poten van een volwassen teek, insecten hebben er zes. Ook missen ze vleugels en voelsprietten (antennes). Teken komen wereldwijd voor. In Nederland kennen we zo'n tien soorten. Als parasiet voedt de teek zich met bloed en lichaamsvloeistoffen, bij voorkeur van herten, muizen, eekhoorns en vogels. Ook een langslowpend huisdier of een mens laat hij niet aan zich voorbijgaan. Tussen het gras of in de bosjes klimt de teek omhoog en wacht af. Lichaamswarmte en uitademingslucht verraden een potentieel slachtoffer. Komt deze dicht in de buurt, dan grijpt de teek zich vast. Met zijn kleine, platte lichaamsbouw kruipt hij gemakkelijk tussen haren of veren naar een geschikt plekje.

Ziekte van Lyme

Teken staan bekend als overbrengers van de ziekte van Lyme. In Nederland gebeurt dat door de schapenteek. De ziekteverwekker is een bacterie (*Borrelia*) die de teek met zich meedraagt. Ongeveer een kwart van de schapenteeken is besmet. Ze krijgen de bacterie via geïnfecteerd bloed van hun gastheer binnen. Een beet van een besmette teek wordt rood, groeit en verbleekt vanuit het midden. Zo ontstaat een kenmerkende rode ring. De ziekte van Lyme openbaart zich eerst door griepachtige klachten (hoofdpijn, koorts, stijve nek), daarna ontstaan uiteenlopende symptomen. Gezondheidsproblemen treden op in het zenuwstelsel en de hersenen, hart, huid, ogen, spieren en gewrichten of op psychisch vlak. De aard en de ernst van de klachten bij patiënten met de ziekte van Lyme zijn verschillend. In een vroeg stadium is de ziekte van Lyme goed te behandelen met antibiotica.



Weetjes

1. Elk jaar worden ruim **1 miljoen** mensen door een teek gebeten.
2. Ongeveer **2 op de 100 mensen** krijgen de ziekte van Lyme na een tekenbeet, zo'n 25.000 mensen per jaar.
3. Ongeveer **1500 patiënten** per jaar krijgen een ernstige infectie.
4. **1000 patiënten** per jaar houden een chronische infectie.
5. Teken zijn er het hele jaar door. Zodra de temperatuur boven de **5 tot 10 °C** komt, kunnen ze actief worden.
6. De meeste mensen worden gebeten in de periode van **maart tot en met oktober**.



Eerste hulp bij een tekenbeet

Hoe langer een teek vastzit, hoe groter de kans dat hij – indien besmet – de ziekte van Lyme overdraagt. Het is belangrijk om hem binnen een dag te verwijderen. Het weghalen is een precies klusje omdat dit met steeksnuit en al moet gebeuren, zonder het lijf eraf te trekken. Gebruik een gedis-

fecteerde, speciale tekeningang of spits toelopende pincet. Pak de teek zo dicht mogelijk bij je huid vast, op de plek van zijn kop. Knijp niet in het achterlijf. Trek langzaam, met toenemende kracht de teek recht uit de huid. Maak het plekje daarna schoon met jodium of alcohol (70%) en was je handen, bij voorkeur

met desinfecterende zeep. Gooi de teek tussen dubbelgevouwen plakband in een afgesloten doosje of kokertje buitenshuis in het vuilnis.

Kijk op www.tekenradar.nl voor actuele informatie over teken en de ziekte van Lyme.

De teek te slim af

De makkelijkste manier om teken te ontlopen is uit hun buurt te blijven: hoog, schaduwrijk gras en de vochtige laag met afgevallen bladeren onder bomen en struiken. Vooral in bossen en duinen maar ook in tuinen leven teken. Verstandig is om op de paden te blijven en dichte begroeiing te vermijden. Is dat niet mogelijk, draag dan lange mouwen, stop je broekspijpen in je sokken en doe dicht schoeisel aan. Smeer blote huid in met een insectenwerend middel dat DEET bevat, en spray dit ook over je kleding. Controleer jezelf hoe dan ook na afloop op een ongenode teek. De diertjes zullen niet meteen vastzitten. Ze kunnen op je (kleding) rondlopen, op zoek naar een geschikt plekje.

Teken laten zich niet uit bomen vallen, want ze zitten doorgaans niet hoger dan een meter boven de grond. Wel kun je een teek op je hoofd krijgen wanneer je door struikgewas kruipt. Vooral spelende kinderen lopen dat risico, laat ze bij voorkeur een petje dragen. Rubber laarzen zijn ook handig want daaraan hebben de teken weinig grip. Over het verwijderen van teken bestaan veel misverstanden. Zo zou je ze draaiend moeten weghalen omdat ze zich in de huid zouden schroeven. Dat is niet waar. Draaien verhoogt juist de kans dat de steeksnuit afbreekt. Ook vuur, prikken of knippen zou helpen. Of het insmeren met iets om de teek te laten stikken. Het zijn allemaal fabeltjes. Plaag je een teek, dan loop je juist kans dat het diertje uit stress meer vloeistof injecteert waarin ziekmakende bacteriën zitten.



TEKST: MANON LATERVERVEER-DE BEER ILLUSTRATIE: ANNEMIKE BUNIES



Beleef de linie

Stap het verleden van de waterlinies binnen, spreid je picknickkleedje uit op de vestingwallen en geniet van natuur en cultuur op de forten.

5x uitgelicht ...

• Fort Pannerden

Deze massieve voorpost van de Nieuwe Hollandse Waterlinie ligt op een prachtplek: de splitsing van de Waal en het Pannerdensch Kanaal. Afgelopen jaren is het vijf verdiepingen tellende fort compleet gerestaureerd. Je kunt eindeloos rondlopen door de vesting of genieten van uitzicht en riviernatuur.

• Fort Asperen

De Nieuwe Hollandse Waterlinie telt diverse torenforten, waaronder Asperen: een lage ronde 'toren' met muren van wel 1,5 meter dik. Defensie heeft hier plaatsgemaakt voor expressie: dit kunstfort is nu een plek voor culturele evenementen. Het bastion is ook favoriet bij vleermuizen.

• Fort op de Ruigenhoeksedijk

Net boven Utrecht vind je dit groene pareltje: een onbewoond eiland met een monumentaal fort, omgeven door oude bomen. Vleermuis, das en ijsvogel zijn hier thuis, maar tijdens een van de vele rondleidingen ben je welkom als gast.

• GeoFort

Fort bij de Nieuwe Steeg is de directe buurman van Fort Asperen – ze liggen op nog geen 2 kilometer van elkaar. Tegenwoordig staat dit fort bekend als GeoFort. Je kunt er van alles te weten komen over de wereld van cartografie en navigatie. Op het fort vind je bovendien een leuke vleermuisspeurtuin.

• Fort Wierickerschans

Midden in het Groene Hart, tussen de Betuwse weiden en langs de Oude Rijn, ligt Wierickerschans. Dit drieënhalve eeuw oude fort uit de Oude Hollandse Waterlinie is recent in oude glorie hersteld. Het terrein is op weekdays opengesteld (de gebouwen zijn niet vrij toegankelijk).

... en 6x actief

• Ga op excursie met de gids en ontdek **Fort bij Rijnauwen**. Tot eind september op woensdag (10.30 uur), zaterdag (13.30 uur) en zondag (10.30 & 13.30 uur).

• Wandel op eigen houtje door de loopgraven van het **Werk aan de Groeneweg** bij Schalkwijk en bekijk de groepsschuilplaatsen. Tip: pak meteen het Klompenpad Lint- en Liniepad mee.

• Benieuwd hoe zo'n waterlinie nu eigenlijk werkt? In het **Waterliniemuseum Fort bij Vechten**, vlak bij Utrecht, wordt het je haarfijn uitgelegd.

• Voor de (klein)kinderen: volg de spionnenroute over én door **Fort bij 't Hemeltje** bij Utrecht en kraak de code.

• Boek met familie, vrienden of bedrijf een 'dagje uit' op het oudste zeefort van West-Europa: **Fort Rammekens** bij Vlissingen. De gids neemt je mee op een wandeling op en rond het fort.

• Tijdens **Open Monumentendag** op zaterdag 9 en zondag 10 september zijn meer dan 4000 monumenten opengesteld, waaronder ook veel forten: www.openmonumentendag.nl.

Meer weten over het bezoeken van de forten? Kijk op www.staatsbosbeheer.nl/forten