

## COME COMPORTARSI IN CASO DI PERMANENZA O DI ESCURSIONI IN ZONE A RISCHIO



Per evitare le zecche è opportuno camminare sempre al centro dei sentieri, evitando ogni contatto con l'erba e la vegetazione. Altra precauzione importante è indossare un abbigliamento di colore chiaro (che rende evidente la presenza delle zecche), preferendo indumenti con maniche lunghe e pantaloni lunghi, avendo cura di infilare questi ultimi nelle calze e di salvaguardare i piedi con scarpe chiuse e alte sulle caviglie. Le parti scoperte possono essere protette con i prodotti repellenti comunemente impiegati contro gli insetti. L'utilizzo di tali prodotti è però sconsigliato nei bambini e in gravidanza.



In caso di lavoro o sosta prolungata in aree a rischio è consigliato effettuare periodici controlli sui vestiti e sul corpo (ogni 3-4 ore), per individuare tempestivamente l'eventuale contatto con le zecche.

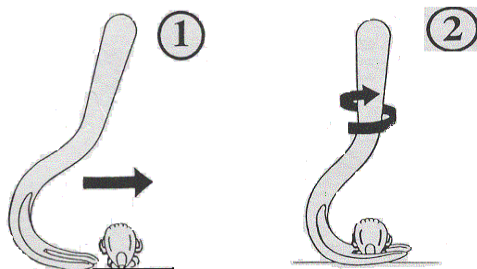
## COSA FARE AL TERMINE DI UN'ESCURSIONE O DOPO AVER LAVORATO IN UNA ZONA A RISCHIO

Al rientro da un'area a rischio è utile effettuare un'accurata ispezione in tutto il corpo e ricorrere all'aiuto di un'altra persona per accertare la presenza di eventuali zecche anche nelle parti più difficili da esaminare, come la schiena e il cuoio capelluto.



## SE TROVIAMO UNA ZECCA ATTACCATA ALLA PELLE...

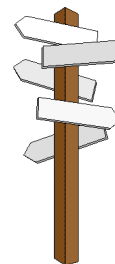
E' importante non toccarla a mani nude ma usare i guanti o un fazzoletto, e non applicare sopra di essa alcuna sostanza. Per asportarla è opportuno non schiacciarne il corpo ma rimuoverla con una trazione lieve e decisa, senza strappi, usando l'apposita levetta.



Se una parte della zecca rimane infissa nella pelle può essere tolta come un qualunque corpo estraneo; tale eventualità non è tuttavia pericolosa per la trasmissione delle malattie trasmesse da zecca. Solo dopo la rimozione della zecca occorre disinfettare la parte interessata.

**PER SAPERNE DI PIU'  
RIVOLGERSI**

- Al medico curante
- Alla Guardia Medica
- Al proprio farmacista
- Al Dipartimento di Prevenzione dell'Azienda Sanitaria



SERVIZIO SANITARIO NAZIONALE  
REGIONE AUTONOMA FRIULI-  
VENEZIA GIULIA  
AZIENDA PER I SERVIZI SANITARI  
N. 3 "ALTO FRIULI"

## LE ZECCHE



### IMPARIAMO A CONOSCKERLE

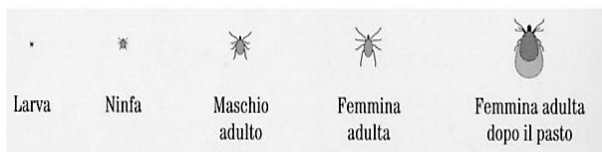


A cura di:

A.S.S. N. 3 Alto Friuli  
Dipartimento di Prevenzione  
Piazza Baldissera, 2—Gemona del Friuli  
Tel. 0432 989500 Fax 0432 989520  
Segr-dip@ass3.sanita.fvg.it  
In collaborazione con il dott. Maurizio Ruscio

## CHI SONO LE ZECCHE ?

Le zecche appartengono alla famiglia degli acari; hanno dimensioni molto piccole (alcuni millimetri) e un colore bruno scuro. Sono parassiti temporanei di numerosi animali, selvatici e domestici, e occasionalmente aggrediscono l'uomo.



## DOVE SI TROVANO ?

Le zecche vivono preferibilmente in ambienti boschivi, umidi e ombreggiati, ricchi di vegetazione spontanea e letti di foglie secche. Sono frequenti anche nel sottobosco, nei prati incolti e nelle zone di passaggio della fauna selvatica; spesso si trovano lungo i sentieri poco battuti, mimetizzate fra l'erba e i cespugli.




E' più facile trovarle ad altitudini inferiori ai 1000 metri. Sono più attive dalla primavera all'autunno inoltrato soprattutto nelle ore più calde della giornata.




Talvolta si possono trovare anche in inverno, alle quote più basse, prive di neve.

## COME VIVONO ?



Le zecche hanno un ciclo vitale complesso che dura circa due anni durante i quali si trasformano da larva ad adulto. Necessitano di pasti di sangue per completare l'evoluzione biologica ma possono resistere, anche per lunghi periodi di tempo, a digiuno assoluto. Il pasto di sangue (durante il quale rimangono costantemente attaccate all'ospite) è più frequente in primavera, estate e inizio autunno; è molto lento e può protrarsi anche per alcuni giorni.

## PERCHE' SONO PERICOLOSE ?



Durante il pasto le zecche possono contagiare l'uomo con diversi microrganismi nocivi per la salute. In Alto Friuli sono responsabili della trasmissione della Borrelia (che causa la Borreliosi di Lyme o malattia di Lyme), dell'Ehrlichia (che causa l'Ehrlichiosi) e del virus dell'encefalite da zecche (chiamata anche TBE).

### BORRELIOSI DI LYME o malattia di Lyme

L'infezione da *Borrelia* inizia di norma (ma non obbligatoriamente) con un arrossamento della pelle, che si manifesta nella zona del morso, dopo circa due settimane. Tale arrossamento non è doloroso e tende a ingrandirsi progressivamente; per questo motivo è chiamato eritema migrante. Se non viene curata in questa fase la malattia può progredire e, negli stadi successivi, interessare anche seriamente le articolazioni, il sistema nervoso, il cuore e altri organi interni.

La malattia di Lyme può essere trattata in modo efficace con una specifica terapia antibiotica.

## EHRlichiosi

L'ehrlichiosi è una infezione che può facilmente passare inosservata. Nei casi sintomatici si manifesta con febbre e sintomi simil influenzali, associati a dolori muscolari, nausea e vomito. Nelle persone più debilitate può complicarsi e interessare vari organi interni.

Poiché non esiste un vaccino né per la malattia di Lyme né per l'Ehrlichiosi è importante ricordare che:

- la probabilità di ammalarsi è bassa se la zecca viene rimossa rapidamente (entro 24-48 ore);
- la data dell'asportazione va annotata e riferita al medico qualora insorgano problemi di salute;
- l'assunzione di antibiotici a scopo preventivo dopo il morso di zecca è sempre sconsigliata.

## ENCEFALITE DA ZECCA (TBE)

La TBE (Tick-Borne Encephalitis) è una grave malattia virale che può colpire il sistema nervoso centrale e periferico (encefalo, meningi e midollo spinale). Esordisce a distanza di circa 8 giorni dal morso di zecca, presentandosi con sintomi similinflenziali che durano all'incirca 4 giorni. Nel 20-30% dei casi, dopo un intervallo di benessere, si manifesta la seconda fase della malattia, caratterizzata da febbre alta, forte mal di testa, nausea, vomito e gravi disturbi neurologici.

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 calendario di vaccinazione prevede l'esecuzione di 3 dosi nel primo anno e 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 ed è gratuito per i residenti nella regione Friuli Venezia Giulia.

