

Sommaren är här – skydda dig mot fästingar!

I Finland förekommer fästingar mest i skärgården och på kustområden. En del av fästingarna bär på bakterien borrelia som kan överföras till människan, men risken är liten om fästingen sitter fastbiten under ett dygn. Det finns inget vaccin mot borrelios och det bästa sättet att skydda sig mot sjukdomen är att förebygga fästingbett. Borrelios behandlas med antibiotika. En annan sjukdom som sprids via fästingar är fästingburen hjärninflammation, alltså TBE eller Kumlingesjukan. Det finns ett effektivt vaccin mot TBE. Vaccinet hör inte till det nationella vaccineringsprogrammet med undantag av Åland, utan var och en som önskar ta vaccinet måste ta det på egen bekostnad. Vaccinet är receptbelagt, e-recept kan du få av din egenläkare, vaccinationssköterskan, från företagshälsovården eller av barn- eller skolhälsovårdaren.

Hur kan man förebygga borrelios och TBE:

Om du rör dig i områden där fästingar förekommer

- Skyddande kläder: Klä dig i ljusa kläder med långa ärmor och byxben, stoppa byxbenen in i strumporna eller använd stövlar med högt skaft.
- Använd insektsmedel, t.ex. Punkki-OFF.
- Kolla kläderna och huden efter att du varit utomhus, varje kväll! Fästingen biter sig ofta fast på hudområden där huden är tunn, ofta hudveck. Hos barnen ofta i hårfästet och runt öronen.
- Kolla husdjuren, de kan föra med sig fästingar inomhus.

Om en fästing har bitit sig fast

- Ta bort fästingen omedelbart, ju längre fästingen sitter fastbiten i huden, desto större är risken för att borrelia överförs till människan. TBE kan överföras redan på några minuter. Det rekommenderas att man avlägsnar fästingen med hjälp av en pincett eller fästingplockare. Vid borttagningen kan delar, ”en gadd”, av fästingen bli kvar i huden. Denna överför inte mera smitta men kan ge anledning till en lokal irritation. Efter ett par dagar brukar gadden vara lätt att avlägsna med hjälp av nål eller pincett.
- Rengör bittet med desinfektionsmedel och tvätta händerna med tvål och vatten.
- Kontrollera bittstället och ditt allmänna mående de kommande dagarna – 4 veckor. Om det vid bittstället uppstår en rodnad som är 5 cm eller större, skall du kontakta läkare. Likaså om du får influensaliknande symtom med feber, huvudvärk, ledvärk eller nackstyvhet.

Källa: Institutet för hälsa och välfärd, Duodecim.