



HUR UNDVIKER MAN FÄSTINGBETT?

- Undvik områden med högt gräs, ljung och snår där det är mycket fästingar.
- Ha heltäckande klädsel om du går i område med mycket fästingar. Ha byxbenen nedstoppade i strumporna/ stövlarna.
- Använd fästingspray/myggmedel.
- Ha gärna ljusa kläder. Det gör det lättare att se fästingarna.
- Se över kläderna regelbundet och borsta bort eventuella fästingar.

Efter vistelse i område med fästingar bör man undersöka kläder, hud och hår noga och ta bort fästingar. Kom ihåg att fästingar är små och kan vara svåra att se. Det är viktigt att kontrollera hela kroppen. Fästingar föredrar att bita där huden är tunn så som i knäveck, ljumskar, armhålor och bakom öronen. Hos barn är det särskilt viktigt att också kolla hårbotten.



Fästingar



Broschyren är framtagen av Folkhelseinstituttet og Nasjonal kompetansetjeneste for flåttbårne sykdommer i Norge som är en del av EU-Interreg ÖKS-projektet ScandTick Innovation. Liknande broschyrer finns också på norska och danska.

Foto: Per Eikeset Knudsen och fotolia.com
Design: Melkeveien Designkontor AS
Tryck: Byråservice AS
Beställning: beställ via ditt landstings/regions smittskyddsmyndighet, www.slf.se/smittskydd

Läs mer:
1177.se / Fakta och råd / Infektioner
scandtick.com

Maj 2017



Folkhälsomyndigheten



VAD ÄR EN FÄSTING?

Fästingar är spindeldjur som lever av att suga blod från däggdjur, fåglar och kräldjur. I hela världen känner man till 900 olika arter av fästingar. I Norden är *Ixodes ricinus* den vanligaste fästingarten.

Fästingen har fyra utvecklingsstadier; ägg, larv, nymf och vuxen. Larver, nymfer och vuxna honor kan suga blod.

VAR FINNS FÄSTINGAR?

I Sverige finns fästingar i hela Götaland, större delen av Svealand och vissa delar av Norrland så som kustnära områden och längs floderna.

Fästingar tål inte uttorkning. De trivs bäst på fuktiga och skuggiga ställen med högt gräs, buskar, snår och i skogen. Man kan också hitta fästingar i trädgårdar.

Fästingarna är som regel aktiva från april till november men om temperaturen är mer än 5°C kan de också vara aktiva på vintern.

BLIR MAN SJUK AV FÄSTINGBETT?

Ett fästingbett i sig själv är inte farligt men fästingarna kan bära på bakterier och virus som kan överföras till människor och djur.

Studier från de nordiska länderna visar att även i områden med mycket fästingar är risken för att bli sjuk efter fästingbett låg – omkring 2%.



Borrelios, som orsakas av borrelia-bakterier, är den vanligaste fästingburna sjukdomen. Bakterierna finns i fästingens tarm och behöver tid på sig att förflytta sig till fästingens spottkörtlar varifrån den kan överföras till människor eller djur. Detta tar omkring 24 timmar. Ta därför bort fästingar som bitit sig fast så snart som möjligt.

Fästingburen hjärninflammation (TBE) är en annan sjukdom som kan spridas med fästingar. TBE är mycket mer sällsynt än borrelios och orsakas av ett virus. De flesta som smittas blir inte sjuka. Några får influensaliknande symtom och några får ett allvarligt sjukdomsförlopp med hjärninflammation. TBE kan överföras kort tid efter att fästingen bitit sig fast. Det finns vaccin mot TBE som rekommenderas de som bor eller vistas i områden med TBE. Mot borrelia-infektion finns ännu inget vaccin.

HUR TAR MAN BORT FÄSTINGAR?

Det är bäst att använda en pincett/fästingborttagare. Ta tag i fästingen precis intill huden och dra den rakt ut. Det gör inget om lite av fästingens mundelar sitter kvar vid bettstället.

NÄR BÖR DU UPPSÖKA LÄKARE?

Efter ett fästingbett kan man få en blårod zon på 1-2 cm runt bettstället som kliar. Det är ofarligt och betyder inte att du är smittad med borrelia.

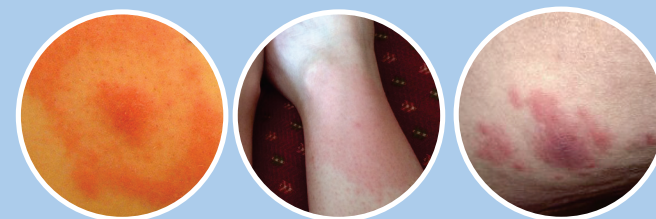
Uppsök läkare om ett rött utslag med en diameter på minst 5 cm uppstår på bettstället. Utslaget, erytema migrans, är det vanligaste symtomet på borrelios, och kan uppstå 3-30 dagar efter fästingbett. Erytema migrans är en tidig lokal borreliainfektion eftersom bakterien sitter i huden.

Erytema migrans skall **ALLTID** behandlas med antibiotika. Blodprover behöver inte tas.

Hos 10-15% av de som blir smittade kan bakterien vandra till andra organ och vävnader. I Norden är det vanligast med spridning till nervsystemet (neuroborrelios), men även spridning till leder förekommer (borrelia artrit). Symtomen uppstår vanligen 1-2 månader efter smittan. En stor andel av de som drabbas kommer varken ihåg fästingbett eller utslag.

Kontakta läkare om du får något av följande symtom:

- Utslag som kan vara erytema migrans
- Ansiktsförlamning
- Utstrålade smärtor med eller utan förlamning i rygg/armar/ben och/eller känselrubbingar i huden
- Influensaliknande symtom såsom huvudvärk, ljusskygghet, sjukdomskänsla, feber, muskel- och ledvärk.
- Svullnad och vätskeansamling i knäled eller annan stor led



Erytema migrans är ofta ringformat.

Erytema migrans kan också ha en mer jämn färg. Utslaget kan vara väldigt rött eller blekt rosa.

Atypiskt erytema migrans med spräckligt utseende.

