



# La scheda salute

## Le zecche



**Le zecche sono presenti in tutta la Svizzera e la puntura di questi acari può essere fonte di gravi malattie: la borreliosi e l'encefalite da zecche. Un pericolo da prendere sul serio da marzo a fine ottobre e fino a un'altitudine di 1500 m.**

### Come reagisce il corpo

Si stima che siano ormai 10'000 le persone colpite ogni anno dalla borreliosi di Lyme (malattia di Lyme). Primi segni d'infezione: qualche giorno o settimana dopo la puntura appare un arrossamento che si allarga lentamente, accompagnato a volte da febbre e dai tipici sintomi dell'influenza. È essenziale consultare rapidamente un medico per stabilire se è il caso di sottoporsi a un trattamento antibiotico. Da notare che senza questo trattamento possono verificarsi lesioni della pelle, del sistema nervoso, dell'apparato locomotorio e cardio-circolatorio oppure possono manifestarsi delle alterazioni della personalità. Circa l'1% delle zecche è portatore del virus dell'encefalite da zecche (TBE)! Un'efficace vaccinazione preventiva a partire dall'età di 6 anni consente di proteggersi efficacemente da questo virus che, a volte, può mettere a rischio la vita. I primi sintomi (mal di testa, affaticamento, dolori articolari) spesso scompaiono spontaneamente senza lasciare conseguenze. Ma nel 5-15% delle persone (da 5 anni, in Europa, il numero dei casi è in aumento), può manifestarsi un'encefalite!

### Cosa potete fare

- INelle foreste, nel sottobosco erboso, ai margini delle foreste e fra l'erba alta, seguite i sentieri segnalati e indossate abiti ben chiusi (orlo dei pantaloni all'interno delle calze).
- Applicate un repellente anti-zecche in spray sugli abiti e sulle parti del corpo scoperte.
- Al ritorno da una passeggiata in “zona verde”, per scoprire l'eventuale presenza di zecche fatevi una doccia e ispezionate accuratamente il vostro corpo (inclusa la zona pubica, l'ombelico, la nuca, il cuoio cappelluto, la zona dietro le orecchie...).
- Per proteggere il vostro cane o il vostro gatto sono efficaci diversi prodotti disponibili in forma di collare, spray o fialetta. Chiedete consiglio al vostro veterinario o al vostro farmacista.

### Il consiglioplus

Una zecca vi si è attaccata alla pelle? L'unico metodo efficace: rimuovetela non appena possibile aiutandovi con una speciale pinzetta disponibile in farmacia. Afferrate la zecca il più vicino possibile alla pelle e tirate delicatamente oppure fatevela estrarre dal vostro farmacista. Nelle settimane successive, controllate il punto del morso...

#### Maggiori informazioni su Internet:

Lega svizzera dei malati vittime delle zecche:  
[www.zeckenliga.ch](http://www.zeckenliga.ch).

[www.bag.admin.ch/themen/medizin](http://www.bag.admin.ch/themen/medizin).

Vaccinazioni raccomandate all'estero: [www.infovac.ch](http://www.infovac.ch).

Consultare [www.pharmacieplus.ch](http://www.pharmacieplus.ch) per prendere visione di tutte le specialità delle pharmacieplus.

