

ATTENZIONE: PERICOLO ZECCHE

Con l'arrivo della bella stagione, purtroppo aumenta il rischio di entrare in contatto con alcuni parassiti tra cui le zecche. Si stima che una persona adulta su tre in Friuli Venezia Giulia sia stata morsa da una zecca almeno una volta nel corso della vita. Negli ultimi anni vi è stato un aumento delle malattie trasmesse dalle zecche, in particolare nella nostra Regione. Le infezioni possono avere conseguenze gravi, ma il rischio può essere ridotto con semplici precauzioni.

COSA SONO E DOVE VIVONO

Le zecche sono piccoli parassiti simili a ragni e sono ampiamente diffuse in molti ambienti. Popolano abitualmente gli ambienti naturali, sostando nell'erba e tra il fogliame. Prediligono gli ambienti umidi e ombreggiati, in particolare i boschi e i loro margini, solitamente a quote inferiori ai 1.500 metri. Molto spesso stanziano nei prati incolti, ai bordi dei sentieri e nelle aree di passaggio di animali selvatici. Negli ultimi anni la loro presenza è segnalata anche in molte aree rurali e urbane, come giardini pubblici e privati, essendo veicolate da animali selvatici come roditori e volatili, ma anche dagli animali domestici. Nella nostra Regione le zecche sono abbondanti dalla primavera all'autunno, particolarmente da marzo a giugno.

Negli ambienti naturali si trovano sulle piante fino a 1,5 m dal suolo, soprattutto nel sottobosco e ai margini di boschi e sentieri. In quelli rurali e urbani possono trovarsi anche nelle cucce e nelle stalle.

Si attaccano a persone e animali che passano vicino a loro. Cercano un punto adatto nel corpo, pungendo in modo indolore ed attaccandosi saldamente alla pelle. Succhiano il sangue, così possono essere trasmessi vari agenti patogeni, tra cui quelli della borreliosi e quello della meningoencefalite da zecche (TBE).

Le zecche attraversano tre stadi: larva, ninfa e zecca adulta. In tutti questi stadi la zecca ha bisogno di sangue.

QUALI MALATTIE POSSONO TRASMETTERE

La Borreliosi:

La borreliosi di Lyme è provocata dai batteri della specie *Borrelia burgdorferi*. A seconda delle zone, dal 5 al 50% delle zecche è portatore di questo agente patogeno. Lascia tracce nel sangue: con un'analisi del sangue si possono individuare i cosiddetti anticorpi, anche se l'infezione non ha provocato sintomi. Non produce immunità. In altre parole, chi ha contratto una volta la



Nella nostra Regione le zecche sono abbondanti dalla primavera all'autunno, particolarmente da marzo a giugno.





malattia, in caso di nuovo contatto con l'agente patogeno può ammalarsi nuovamente. Il decorso non è sempre uguale. Spesso l'infezione si svolge senza alcun sintomo. Non esiste una vaccinazione ma può essere trattata con antibiotici.

Il decorso della malattia attraversa 3 stadi. Nel primo stadio (da 3 a 32 giorni dalla puntura) in corrispondenza della puntura di zecca si manifesta un arrossamento, con un'area tipicamente sbiadita al centro (chiamato eritema migrante). Possono manifestarsi sintomi simili all'influenza anche in assenza dell'eritema. I sintomi similinfluenzali scompaiono nel giro di un mese, mentre l'eritema può persistere ancora per alcuni mesi.

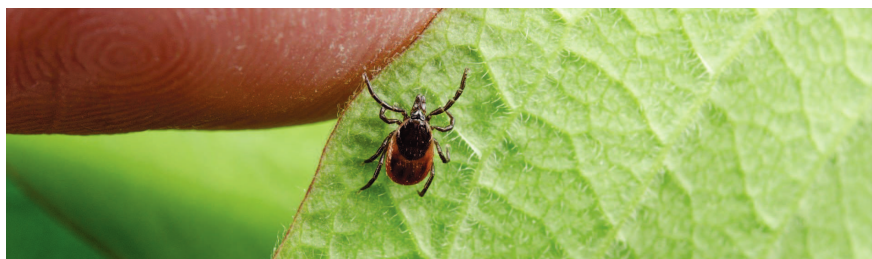
Nel secondo stadio (settimane o mesi dopo la puntura) si manifestano sintomi a carico del sistema nervoso (disturbi della sensibilità, soprattutto nell'area della testa, talvolta anche a braccia e gambe), nonché disturbi alle articolazioni e ai tendini (soprattutto artriti).

Più raramente si manifestano problemi cutanei, cardiaci e della vista.

Nel terzo stadio (anni dopo la puntura) la pelle presenta alterazioni cutanee estese (assottigliamento e colore rosso-violaceo), raramente vi possono essere alterazioni croniche a carico del sistema nervoso.

La meningoencefalite:

La meningoencefalite da zecca, detta TBE, provoca un'inflammazione del cervello e delle meningi. È causata da un virus. Può essere diagnosticata attraverso le analisi del sangue. Provoca immunità. Può avere un decorso grave. Non si può trattare con antibiotici, ma ci si può proteggere con la vaccinazione, che nella nostra Regione è gratuita per tutti i residenti, in quanto il Fvg è considerata tra le aree maggiormente a rischio in Italia e in Europa. Può essere effettuata presso gli ambulatori vaccinali dell'Azienda per l'Assistenza Sanitaria; prenotandola presso l'Ufficio Sanitario del Distretto di ap-



partenza. La vaccinazione offre un'ottima protezione ed è raccomandata a tutti gli adulti e ai bambini (in generale a partire dai sei anni) che vivono in zone in cui è diffusa questa malattia o che vi risiedono temporaneamente. Il decorso della malattia attraversa 2 fasi. La prima fase (da 1 a 2 settimane dalla puntura) comporta sintomi influenzali con febbre e mal di testa. Questa fase dura solo pochi giorni.

La seconda fase (settimane dopo la puntura) si manifesta nel 5 -15 % degli ammalati. Dopo alcuni giorni spesso senza sintomi, si verificano infiammazioni del sistema nervoso con forte mal di testa, talvolta paralisi e disturbi della coscienza. Sono possibili danni permanenti.

PREVENIRE LE PUNTURE DI ZECCHE

Esistono alcune precauzioni per ridurre significativamente la possibilità di venire a contatto con le zecche, o perlomeno per individuarle rapidamente, prima che possano trasmettere una malattia. Coloro che si apprestano a recarsi in aree a rischio dovrebbero:

- indossare un abbigliamento appropriato, di colore chiaro (che rende più evidente la presenza delle zecche, in questo modo possono essere rimosse prima di raggiungere la pelle e di pungere), in grado di coprire quanto più possibile il corpo (pantaloni lunghi infilati nei calzoncini e camicia a maniche lunghe infilata nei pantaloni) e proteggere i piedi con scarpe alte sulle caviglie;
- evitare di sedersi sull'erba. Percorrere sentieri ben battuti, evitando luoghi con erbe alte;
- esistono in commercio repellenti per insetti da spruzzare sulla pelle e prodotti piretroidi da spruzzare sugli abiti.
- terminata l'escursione, effettuare un attento esame visivo e tattile della propria pelle, dei propri indumenti e rimuovere le zecche eventualmente presenti. Le zecche tendono a localizzarsi preferibilmente sulla testa (soprattutto nei bambini), sul collo, dietro le ginocchia, sui fianchi, nell'inguine, nelle cavità ascellari;
- trattare gli animali domestici (cani) con sostanze acaro repellenti prima dell'escursione;
- spazzolare gli indumenti prima di portarli all'interno delle abitazioni, poi lavarli in lavatrice.



COSA FARE IN CASO DI PUNTURA DA ZECCA

Se individuate sulla pelle, le zecche vanno prontamente rimosse perché la probabilità di contrarre un'infezione è direttamente proporzionale alla durata della permanenza del parassita sull'ospite. Bisogna comunque tenere presente che solo una percentuale di individui è portatore di infezione.

Per rimuovere le zecche ci si può rivolgere al Servizio Sanitario o farlo da soli, afferrando la zecca il più possibile vicino alla pelle con la pinzetta o meglio con le pinzette speciali per zecche, estraendola perpendicolarmente rispetto alla superficie cutanea, avendo cura di non schiacciarla e di non trattarla con prodotti prima di averla rimossa poiché provocano il rigurgito del parassita aumentando così il rischio di infezione. Disinfettare la ferita.

QUANDO RIVOLGERSI A UN MEDICO

Rivolgersi al medico se non ci si sente in grado di rimuovere la zecca da soli o se dopo una puntura di zecca si manifestano sintomi che fanno pensare a una borreliosi o a una meningoencefalite.

