

## Met kinderen in het groen? Weet wanneer je wat aan teken kunt doen.



Spelen in bosjes  
op schoolplein,  
speeltuin, etc.

Op kamp in  
bosachtige  
omgeving

Uitje, excursie  
of pauze in park,  
bos, duinen, heide

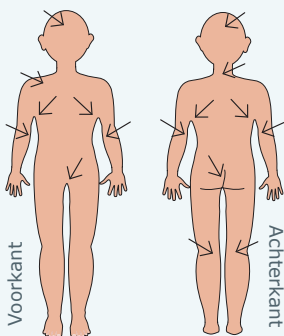
! Komen kinderen tijdens één van deze buitenactiviteiten in aanraking met: hoog gras, klimop of dode bladeren in de buurt van bomen of struiken? Zorg dan dat ouders, verzorgers of begeleiders de kinderen op teken controleren.

Kijk op [www.tekenradar.nl](http://www.tekenradar.nl) voor informatie over het tekenseizoen.

## Controleren

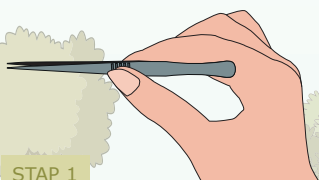
Zorg dat het hele lichaam wordt gecontroleerd. Vooral op de plekken zoals hiernaast aangegeven.

Haal een teek zo snel mogelijk weg, daarmee verklein je de kans dat hij ziekteverwekkers overdraagt. Meestal word je na een tekenbeet niet ziek. Twee à drie van de 100 tekenbeten leiden tot de ziekte van Lyme.



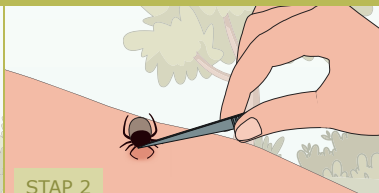
## Hoe verwijder je een teek?

### STAP 1



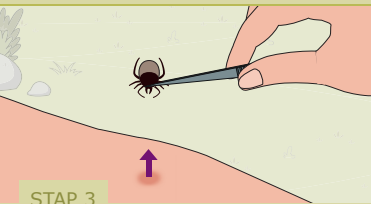
Pak een puntig pincet. (Gebruik je een andere tekenverwijderaar? Volg dan de gebruiksaanwijzing.)

### STAP 2



Gebruik geen alcohol, jodium, olie of andere middelen vóórdát je de teek verwijdert. Pak de teek zo dicht mogelijk op de huid vast.

### STAP 3



Trek de teek er rustig recht omhoog uit. Als een stukje van de kop achterblijft is dat ongevaarlijk. Deze komt er vanzelf weer uit.

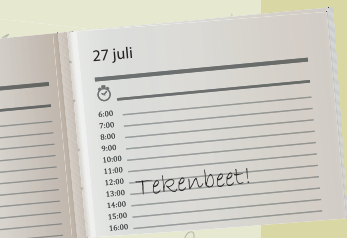
### STAP 4



Ontsmet de beetplek met alcohol.

### STAP 5

Noteer de datum en plek van de beet. Licht indien van toepassing de ouders of verzorgers in. Houd de plek drie maanden in de gaten. Ga naar de huisarts als een groter wordende verkleuring van de huid of griepachtige klachten ontstaan.



1mm 2mm 4mm  
Wij zijn maar piepklein!

Meer weten?  
[www.rivm.nl/tekenbeet](http://www.rivm.nl/tekenbeet)