



CAI Club Alpino Italiano
sezione "Mario Fantin" di Bologna
Via C. Battisti 11/a 40123 BOLOGNA
Telefono e Fax. 051/234856; www.caibo.it

A TUTTI GLI ESCURSIONISTI O FREQUENTATORI DI PARCHI PUBBLICI, GIARDINIERI.. INSOMMA A TUTTI!! LEGGETE BENE QUESTE INFORMAZIONI CHE PROVENGONO DA FONTI UFFICIALI E FATE GIRARE

LA VERITA' SULLE ZECCHHE

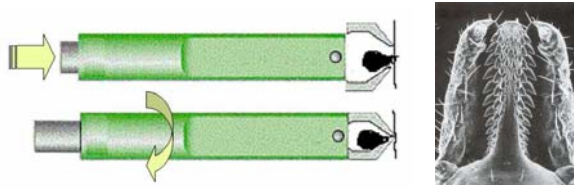
Ma quanta confusione sulle zecche! Sui giornali, da conoscenti, anche ai pronto soccorsi si sente, si dice di tutto e di più ma la disinformazione può essere molto pericolosa. Queste sono informazioni corrette che provengono da fonti ufficiali tra cui il Ministero della Salute e il Centro di Riferimento Regionale per la Borreliosi di Lyme collegato al Gruppo Italiano Studio Malattia di Lyme (sede di Ravenna: scrivetegli senza indugio o telefonate al Servizio igiene e sanità pubblica, AUSL Ravenna: referente per il Morbo di Lyme, Dott. W.O. Pavan, al 0546 - 602519-22-20 e wo.pavan@ausl.ra.it o fa.centrolyme@ausl.ra.it).

INFORMAZIONI DA SAPERE IN SINTESI:

- DOVE SONO?** Le zecche sono ovunque, dai parchi pubblici (con erba più alta di 10 cm), ai boschi, alle siepi, preferibilmente in luoghi umidi. Si sono trovate fino a 1200 m di altitudine.
- SONO ARRIVATE ORA?** Ci sono da parecchio tempo in Europa (in special modo in Scandinavia dove però è diffusa una corretta informazione come pure buone pratiche di controllo igienico familiare). Da noi le prime si sono avvistate nel 1983 e sono presenti in tutta Italia. Probabilmente sono proliferate grazie alle mutate condizioni climatiche, alla loro longevità e adattamento e resistenza a pesticidi.
- CHI SONO.** Ci sono molte specie di zecche ma quella responsabile della trasmissione del Morbo di Lyme è la *Ixodes ricinus* (nella figura a sin.) detta zecca dei boschi. Le zecche sono molto piccole e scure, spesso si confondono per un neo di 2 mm. Le zecche dei cani sono invece più grandi (nella figura a destra), di rado attaccano l'uomo a cui possono trasmettere qualche altra patologia.
- CHI LE PORTA.** Vengono trasportate da animali sia domestici che selvatici (uccelli, mammiferi, rettili, ecc). Molte vengono portate dagli uccelli (ne trasportano anche 80 per volta!). Controllate anche i vostri animali da compagnia che possono ammalarsi come noi.
- CHI COLPISCONO?** Le zecche pungono gli animali e tutte le persone che si muovono in natura. Infatti l'ISPESL (Istituto Superiore per la Prevenzione e Sicurezza del Lavoro) da tempo riconosce la Borreliosi di Lyme come una malattia professionale e quindi come un rischio professionale per operai forestali, guardiaparco, agricoltori etc.
- PERCHE' ARRIVANO.** Hanno bisogno di un ospite dal quale succhiare il sangue per completare il loro ciclo biologico (sia come immature, es. ninfe, che come adulti).
- QUAL E' IL PERIODO IN CUI COLPISCONO DI PIU'?** La primavera e l'estate (anche in inverno se la temperatura è mite).
- SI SENTONO SUL CORPO?** Sia quando camminano sulla cute e sia quando poi si attaccano di solito non si sentono.
- LA LORO PUNTURA COSA CI COMPORTA?** Se le troviamo nel giro di 36-48 ore e riusciamo ad estrarle in modo corretto (vedi dopo) per la maggioranza dei casi non succede NIENTE (al massimo un po' di arrossamento alla pelle o ad alcuni la saliva della zecca può dare allergia). Più tempo passa e peggio le trattiamo (trattamenti chimici, estrazioni maldestre), più probabilità ci sarà che liberino nel nostro sangue alcuni patogeni. Patogeni possibili:
 - Batteri: la *Borrelia burgdorferi*, può portare la Malattia di Lyme che porta nei casi più gravi, anche a distanza di molti mesi, artrosi, disturbi al cervello, nervi cuore e occhi. Altri batteri possibili: *Borrelie* diverse da *burgdorferi* (febbre ricorrente da zecche), *Francisella tularensis* (tularemia)
 - Virus: arbovirus con febbri emorragiche o encefaliti (TBE o meningo-encefalite da zecche)
 - Rickettsie: Febbre Q, febbre bottonosa
- ESISTE UN VACCINO CONTRO IL MORBO DI LYME?** Non ancora. Esiste per la TBE.
- COME POSSIAMO FARE PER EVITARLE?** Indossare pantaloni lunghi e stretti in fondo, eventualmente camicie a maniche lunghe. Camminare al centro dei sentieri dove non c'è erba alta. Non sdraiarsi sui prati o se lo fai dopo controllati
- ESISTONO DEI REPELLENTI?** I normali repellenti degli insetti (DEET) di solito sono moderatamente efficaci.
- QUANDO DOBBIAMO CONTROLLARCI?** Basta controllarci quando si transita in zone con erba alta o dopo essere "strusciati" in mezzo a cespugli o esserci seduti nei prati. Poi, una volta finita la gita, a casa la corretta prassi è di farsi controllare da famigliari prima della doccia. Ciò evita quasi totalmente i problemi. Bisogna controllare soprattutto: dietro il ginocchio, inguine, scroto, infranatiche, giro della cinta e del reggiseno, ascelle, nuca, orecchie ... e tutto il resto.
- COSA DOBBIAMO FARE QUANDO CI ACCORGIAMO DELLA ZECCA?**
 - Dobbiamo utilizzare una **APPOSITA PINZETTA** (non quelle da sopracciglia perché le schiacciano): tra quelle in commercio le più sicure sono quelle tedesche del modello a tenaglietta che sembra una matita a pulsante (vedi foto). Oppure le pinzette della Trixie ad uso veterinario. Costano pochi euro e si possono trovare in farmacia o in negozi di articoli per animali.



- b. Per estrarle bisogna spingere il pulsante (clip) per aprire la pinzetta, posizionare le pinzette attorno alla zecca e rilasciare la clip in modo che la pinza stringa solo il rostro della zecca. Poi bisogna **TIRARE VERSO L'ALTO** (non ruotare come si diceva perché spesso si spezza il rostro, nella foto di destra).



- c. Una volta estratta, nel dubbio che il rostro sia rimasto conficcato nella pelle, provvedere ad estrarlo scarificando leggermente con un ago disinfettato (**NON c'è bisogno di andare al Pronto Soccorso!**) e disinfettare l'area.
- d. **Segnare sul calendario la data del morso e la zona della pelle colpita** (si può anche segnare con un pennarello) poi **controllare la zona ogni giorno per 30-40 giorni dalla puntura per verificare l'eventuale comparsa dell'Eritema Migrante che è il sintomo più importante della Malattia di Lyme.**
- e. **NON PRENDETE ANTIBIOTICI!** Se in questo mese prendete infezioni (bronchite, ecc) segnalate al medico che avete attivato la procedura di osservazione per la eventuale comparsa dell'Eritema Migrante (vedi foto), sintomo di Malattia di Lyme. Il medico deciderà di procedere o meno con la terapia antibiotica, in quanto **c'è il rischio che l'eritema migrante non si riesca a manifestare per effetto degli antibiotici.** Ricordate che eventuali altri sintomi (tipo sintomi influenzali, cefalea, febbre, linfadenopatia) non sono specifici per Malattia di Lyme mentre invece lo è solo l'Eritema Migrante.



- f. Se entro 30-40 giorni dalla puntura si visualizza l'**Eritema Migrante** (anello rosso-giallo che si forma attorno alla zona della puntura), avvisare il vostro medico curante per la cura.
- g. **CURA:** antibiotico-terapia a base di Doxyciclina o Amoxicillina (3-4 settimane).
- h. **ATTENZIONE AI RISULTATI DI LABORATORIO:** individui positivi sierologicamente, ma privi di sintomi, non debbono essere considerati affetti dal Morbo di Lyme.
- i. **Il Morbo di Lyme:** dal punto di vista clinico si distingue in tre fasi:
- i. **Fase precoce localizzata:** entro 30-40 giorni dalla puntura compare l'eritema migrante.
 - ii. **Fase Precoce disseminata:** in assenza di terapia avviene una diffusione attraverso il sangue e, mediamente entro un anno dall'infezione, si possono riscontrare artralgie migranti, mialgie, pericardite, disturbi della conduzione cardiaca e più tardi artriti.
 - iii. **Fase tardiva:** a distanza anche di anni si possono manifestare alterazioni dell'apparato muscolo scheletrico (artrite cronica), del sistema nervoso centrale e periferico (meningite, atassia cerebellare, disturbi motori e sensitivi), della cute (acrodermatite cronica atrofica) e dell'apparato cardiovascolare.
15. **COSA NON DOBBIAMO FARE.** **Non estrarre in modo improprio** usando aghi arroventati, brace di sigaretta, dita. **Non usare sostanze** quali il petrolio, benzina, acetone, ecc. Tutti questi sistemi irritano la zecca che tende a svuotare il contenuto del suo stomaco nel nostro circolo sanguigno aumentando il rischio di infezione. **Non assumere assolutamente antibiotici dopo essere stati punti** (verrebbe impedita la manifestazione dell'eritema migrante e quindi potreste essere colpiti da una patologia seria ed invalidante senza saperlo!). I medici mal informati andranno invitati a consultare il Centro di Riferimento Regionale per la Borreliosi di Lyme.

PER SAPERNE DI PIU': Centro di Riferimento Regionale per la Borreliosi di Lyme, in Faenza (AUSL di Ravenna): fa.centrolyme@ausl.ra.it . Il sito <http://www.borreliosisdilyme.it/> riporta i lavori del GISML (Gruppo Italiano Studio Malattia di Lyme). Sito molto valido con indicazioni appropriate: <http://www.ulssfeltre.veneto.it/Piani/Zecche/index.html>. Servizio Igiene e Sanità Pubblica, AUSL Ravenna: chiedere del referente per il Morbo di Lyme, dr. W.O. Pavan, al 0546 - 602519-22-20, wo.pavan@ausl.ra.it.

In collaborazione con il Centro di Riferimento Regionale per lo Studio e la Sorveglianza Epidemiologica della Borreliosi di Lyme. GISML, Gruppo Italiano per lo Studio della Malattia di Lyme.

A cura della Dott.ssa Milena Merlo Pich (CAI Bologna) e del Dott. Walter Pavan (AUSL Ravenna).