

«So starke Schmerzen hatte ich davor noch nie»

Profi-Golferin Fabienne In-Albon hat sich über einen Zeckenstich mit dem Borreliose-Bakterium infiziert

Von Nadine A. Brügger

Fabienne In-Albon ist jung, durchtrainiert und der Stolz der Schweizer Golferszene. Ihr Leidensweg begann mit Rückenschmerzen, die trotz intensiver Behandlungen durch den Osteopathen anstatt besser, immer heftiger wurden. «So starke Schmerzen hatte ich davor noch nie», erinnert sich die Profi-Golferin. Bald war nicht mehr nur der Rücken betroffen: «Der Schmerz wanderte von Gelenk zu Gelenk. Am einen Tag stand ich auf und der Fuss war geschwollen; ein paar Tage später das Knie.» Jeden Morgen nach dem Aufwachen habe sie sich gefragt: «So, was habe ich wohl heute für eine Verletzung?»

In-Albon erlebte die Borreliose in Schüben. «Das heisst, es gab Tage, da ging es mir gut, und plötzlich trafen mich erneut diese Schmerzen – wie aus dem Nichts. Was oft anhielt, war die Müdigkeit.» Während die Ärzte erst von einer für Golfer typischen Rückenverletzung ausgingen, spürte In-Albon, dass hinter dem ominösen Schmerz mehr steckte, und machte einen Bluttest. «Lass das Blut auch auf Borreliose untersuchen», riet ihr die Mutter.

Der Weg der Borreliose

«Das Borreliose-Bakterium lebt im Darm der Zecke», erklärt Stefan Zimmerli, Oberarzt an der Universitätsklinik für Infektiologie am Berner Inselspital. «Sobald diese sich an einen Wirt hängen konnte, spürt dies das Bakterium. Jetzt geschieht etwas Spektakuläres: Innerhalb von 17 bis 24 Stunden baut das Bakterium seine gesamte Oberfläche um, sodass es durch den



Harter Schlag. Eine Borreliose-Erkrankung hat Profi-Golferin Fabienne In-Albon fast die Teilnahme an den Olympischen Spielen gekostet. Doch sie schlug zurück.

Darm und den Körper der Zecke hinauf bis zu ihrem Kiefer gelangen kann.» Wird die Zecke vor Ablauf dieser 17 Stunden entfernt, ist das Risiko, sich mit Borreliose angesteckt zu haben, sehr gering. Denn erst nach dem kompletten Umbau seiner Oberflächenstruktur tritt das Bakterium durch die Bisswunde in den Körper des Wirts.

«Nach einigen Tagen entdeckt der Körper das Borreliose-Bakterium und bildet innert etwa vier bis sechs Wochen Antikörper dagegen. Diese Antikörper sind nicht nur frühestens einen Monat nach der Ansteckung und während einer Erkrankung mit Borreliose im Blut nachzuweisen, sondern ein Leben lang.» Weil sich etwa zehn Prozent der Schweizer Bevölkerung irgendwann mit einer Borreliose anstecken, sei eine Diagnose via Bluttest nicht allzu sicher. «Es kann auch sein, dass jemand sich 20 Jahre davor mit einer Borreliose angesteckt hat und die aktuellen Symptome von etwas anderem herrühren», sagt Zimmerli. Wenn die Symptome auf eine Borreliose des zentralen Nervensystems hindeuten, testet er darum auch das Hirnwasser des Patienten.

Die Borreliose-Symptome

Die Ringel- oder Wanderröte ist meist das erste Symptom einer Borreliose. «Von einer normalen Rötung durch den Zeckenbiss unterscheidet sie sich durch ein helles Zentrum und klare, rote Ringe, die nach aussen wandern, also immer grösser werden», sagt Zimmerli. Fabienne In-Albon hat weder Zecke noch Stich oder Ringelröte je gesehen. «Darum dachte wohl erst auch niemand an eine Borreliose», sagt sie heute. Dass die Patienten die Zecke nicht sehen, sei häufig, sagt Zimmerli.

Meist treiben erst die weiteren Symptome einer Borreliose sie zum Arzt: «Manchmal bilden sich nahe der Stichstelle sogenannte Lymphozytome, Schwellungen unter der stark geröteten Haut. Besonders bei Kindern kann es zu einer vorübergehenden einseitigen – selten beidseitigen – Gesichtslähmung kommen. Auch ein Anschwellen der Gelenke, insbesondere der Knie, verbunden mit Schmerzen, und besonders nachts sehr starke Rückenschmerzen

können Symptome einer Borreliose sein», zählt Zimmerli auf.

Die meisten dieser Symptome treten zwischen drei und dreissig Tagen nach dem Biss der Zecke auf. «Die Symptome legen sich meist von selber wieder. Die Ringelröte etwa schmerzt nicht und verschwindet von alleine nach zwei bis drei Wochen», weiss der Infektiologe.

Auch eine Folge der Borreliose sind dunkle Flecken auf den Handrücken. Das Bakterium frisst sich hier durch das Gewebe. Dieses regeneriert sich nur ungenügend, zurück bleibt eine blutun-

terlaufene Stelle, die durch das dünner gewordene Gewebe durch die oberste Hautschicht schimmert, aber nicht schmerzt. Ein Besuch beim Arzt empfiehlt sich dennoch: Mit Antibiotika wird die Borreliose über etwa zehn Tage bekämpft. Damit verschwinden die teilweise äusserst unangenehmen Symptome einer Nervenwurzelentzündung, die die Rückenschmerzen auslöst, schneller. Zudem sinkt die Wahrscheinlichkeit für eine Nachfolgeerkrankung.

«Spricht man von Borreliose, fürchten die Menschen sich vor allem vor der späten Neuroborreliose. Sie tritt meist erst ein bis zwei Jahre nach der Ansteckung mit Borreliose auf und kann sehr gravierend verlaufen.» Es kann zu irreversiblen oder zumindest lange andauernden Gefühlsstörungen an den Extremitäten kommen. Damit verbunden auch zu Inkontinenz. «Bei vielen Patienten geht ein Teil der räumlichen Vorstellungskraft verloren. Sie wissen dann beispielsweise nicht, ob ihre Fussspitze nach links oder nach rechts zeigt.»

Der Traum von Olympia

Nach der Diagnose wurde auch Fabienne In-Albon mit Antibiotika behandelt. Doch die Symptome gingen nur langsam zurück, vor allem die starke Müdigkeit blieb: Bis zu vier Mal am Tag musste die junge Frau sich hinlegen. Dabei hatte die erfolgreiche Golferin keine Zeit für Pausen: Die Olympischen Spiele in Rio, ihr grosser Traum, standen an. Mit viel mentaler Kraft und

«viel zu vielen Schmerzmitteln, die vielleicht fünf Prozent der Schmerzen lindern konnten», bestritt sie die Olympischen Spiele. Danach brach sie die Saison ab. «Ich konnte nicht mehr. Mein Körper war am Ende und es gab nichts, was ich oder die Ärzte tun konnten, um den Heilungsprozess zu beschleunigen.» Das sei für sie der Unterschied zu einer Verletzung: «Man weiss nicht genau, wie lange der Körper braucht, um gegen die Borreliose anzukämpfen und wieder zu Kräften zu kommen.» Oft habe sie gehört: Aber du siehst doch gut aus. «Die Leute wussten nicht, was in mir drin ist. Mich dafür zu rechtfertigen, hat sehr viel Energie gekostet.»

Seit Januar steht In-Albon wieder zu hundert Prozent auf dem Rasen und kann der Borreliose gar etwas Positives abgewinnen: «Ich habe gelernt, besser auf meinen Körper zu hören. Ich weiss, wann eine Pause nötig ist, und mache sie jetzt auch.» Nach einem Tag in der Natur kontrolliere sie jetzt ihren Körper sehr genau – und wenn der Ball eben doch mal in ein Gebüsch fliege, beschleiche sie beim Herausfischen schon ein mulmiges Gefühl; «einschränken lasse ich mich aber nicht, dafür habe ich noch zu viele Ziele vor Augen». Fabienne In-Albon hatte grosses Pech: 90 Prozent aller Borreliose-Infektionen verlaufen laut Zimmerli ohne Beschwerden zu verursachen.

Nadine A. Brügger ist Redaktorin bei «Gesundheit heute», der Gesundheits-sendung am Schweizer Fernsehen.

«Zecken klettern unter der Hose hoch»

Der Zecken-Experte Werner Tischhauser über kritische Situationen

Von Nadine A. Brügger

BaZ: Herr Tischhauser, wann und wo ist es der Zecke wohl?

Werner Tischhauser: Einer Zecke gefällt es, wenn es feucht und mild ist. Trockenheit und direkte Sonneneinstrahlung sind ihre grössten Feinde. Auch Wiesen, die intensiv bewirtschaftet werden, gefallen ihr nicht. Die Zecke mag Waldränder, wo es wechselschattig ist. Sie hält sich auf Gräsern, Gebüsch oder im Gestrüpp maximal bis einen Meter ab Boden auf. Höher geht nicht: Die Zecke muss immer auf den feuchten Boden zurückkehren können, damit sie nicht austrocknet. Auch in den Bergen sind vermehrt Zecken anzutreffen: Bis auf 1800 Metern konnten sie in neusten Studien nachgewiesen werden.



Wie lange dauert ein Zeckenleben? Wenn es feucht genug ist, können Zecken mehrere Jahre an einem Ort überleben. Die Zecke kann ihren Organismus so stark herunterfahren, dass sie wenig Energie verbraucht, und mehrere Monate auf den nächsten Wirt (Menschen oder Tiere) warten.

Springt die Zecke ihren Wirt an?

Zecken lassen sich abstreifen, es braucht also den direkten Kontakt. Dieser kann allerdings sehr leicht sein, Zecken sind spezialisiert darauf, sich überall festhalten zu können. Selbst auf glatten Oberflächen. Sie springen aber nicht und sie lassen sich auch nicht von einem Ast fallen.

Wie weiss die Zecke, dass eine potenzielle Beute kommt?

Mit ihren Sinnesorganen spüren sie anhand des CO₂-Ausstosses oder Temperaturanstiegs, dass ein Wirt sich nähert, und dann sind sie bereit. Wenn die Zecke aktiv auf lauert, kann es reichen, mit dem Bike dicht am Wegrand vorbeizusausen und mit dem Bein den Grashalm zu berühren, auf dem die Zecke sitzt.

Wie kann man sich schützen?

Lange Hose (Zecken können Textilien nicht durchstechen), geschlossene Schuhe (Zecken stechen auch zwischen den Zehen), Socken über die Hose, sonst klettert die Zecke unter dem Hosenbein hoch bis an die Kniekehle. Zudem gibt es Insektenspray speziell gegen Zecken. Bei Kindern unter einem Meter unbedingt auch den Kopf schützen und kontrollieren – sie sind wegen ihrer geringen Grösse besonders gefährdet. Beim Duschen nach einem Tag in der Natur unbedingt den Körper kontrollieren.

Was tun, wenn man eine Zecke findet?

Die Zecke sofort mit einer Pinzette oder, wenn keine vorhanden ist, mit den Fingernägeln entfernen. Wichtig ist, dass der Körper so schnell als möglich abgetrennt wird, damit die Borreliose-Bakterien und andere Krankheitserreger nicht mehr übertragen werden können. Bleibt der Kopf stecken, ist das dagegen nicht schlimm. Zudem hilft beim Überwachen von Zeckenbissen und Informationen über zeckenreiche Gebiete unsere Zecken-App.

Welche Situation ist unerwartet kritisch?

Wenn man beim Wandern pinkelt, ist das fast am gefährlichsten. WC-Pausen sind nicht zu unterschätzen. Ich gebe mich dann vom Weg ab und gehe direkt in die Büsche, wo die Zecke lauert.

Warum steigt die Zahl der Zeckenbisse?

Aktivität der Menschen, wie man sich im Raum bewegt: Jetzt wollen die Leute das direkte Naturerlebnis, und offenbar ist es besonders erlebnisreich, wenn man durch eine Wiese mit langem Gras läuft. Da hat man doch früher gesagt: Dem Vieh nicht das Futter kaputt machen.

Mehr zur Zecke, wie man sie am besten aus der Haut bekommt und Informationen zur neuen Zecken-App von Werner Tischhauser am Samstag bei «Gesundheit heute», 18.10 Uhr, SRF 1. www.gesundheit-heute.ch.

gesundheit heute
wohldosiert informiert

Eine Sendung der Basler Zeitung



Rehabilitation nach Krebs

Mit Dr. Jeanne Fürst

Die Sendung ermöglichen:
Universitätsklinik Balgrist, Interpharma, TopPharm AG, Vista Klinik, Viollier AG.

Jedes Jahr wird in der Schweiz bei 37 000 Menschen neu Krebs diagnostiziert. Es folgen Operationen, Chemotherapien, Bestrahlungen. Doch was kommt danach? Wie erholt man sich von solch belastenden Eingriffen und Therapien? Im Studio berichtet ein Patient über seine Erfahrungen. «Gesundheit heute» informiert über ein weiteres brisantes Thema: Forscher warnten vor einer erschreckenden Zunahme von Zeckenmeningitis. Wir wollen wissen, was uns erwartet und wie man sich schützt.

Gesundheit heute:
Samstag, 15. April 2017, 18.10 Uhr, auf SRF 1

Zweitausstrahlung auf SRF 1:
Sonntag, 16. April 2017, 9.30 Uhr

Mehrere Wiederholungen auf SRFinfo

Weitere Informationen auf
www.gesundheit-heute.ch