



Inzet: verwijderen van een teek (Foto: Wolverlei/Martin Stevens)

Teken in de tuin

Tekst: Nynke Terpstra

Dat je een tekenbeet in het bos of in dichte begroeiing kunt krijgen, weet inmiddels haast iedereen. Veel minder bekend is dat een groot aantal tekenbeten opgelopen wordt in de tuin. Opletten dus!

Gemiddeld vindt een op de drie tekenbeten plaats in de eigen tuin. Dit bleek in de zomer van 2022 uit een onderzoek van de Wageningen

University & Research (WUR). Dat komt niet doordat er zoveel meer teken zijn dan elders maar omdat van de tuin zo intensief gebruik wordt gemaakt. Als er een teek in de tuin zit, is de kans op een beet groter.

Schapenteek

De soort die in Europa het meeste overlast veroorzaakt is de schapenteek, *Ixodes ricinus*. Teken behoren tot de klasse van de spinachtigen. Ze zijn bruinrood van kleur en kunnen tot vier millimeter groot worden. Volgezogen met bloed worden ze wel één centimeter groot. Tekenbeten kunnen de ziekte van Lyme veroorzaken. Lyme wordt

veroorzaakt door een bacterie, *Borrelia burgdorferi*, die de teek bij zich draagt.

Een tekenleven

Teken hebben vier levensstadia. Ze beginnen als ei, worden daarna een larve, vervolgens een nimf en eindigen als volwassen teek. Larven zijn klein en hebben zes poten, nimfen zijn iets groter en hebben acht poten en volwassen teken zijn nog groter. Larven en nimfen zuigen bloed om zich te kunnen ontwikkelen naar het volgende stadium, en volwassen vrouwtjes hebben een bloedmaaltijd nodig om eitjes te kunnen leggen. De teken worden geboren zonder besmetting met *Borrelia*. Ze lopen

deze pas op in het larvale stadium als ze zich voeden met een prooi die besmet is. Nadat ze zich gevoed hebben ontwikkelen larven zich tot nimfen. De bacterie blijft in de teek leven.

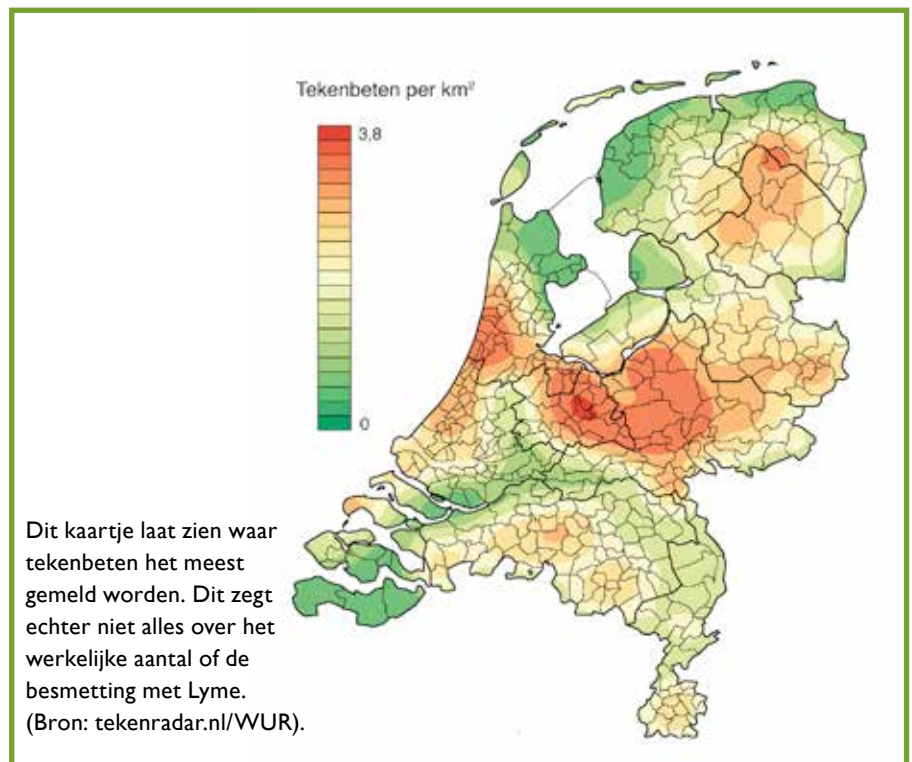
De nimfen voeden zich met een grote range aan dieren, onder andere knaagdieren en middelgrote vogels. Een besmette nimf kan de bacterie overgedragen aan z'n prooier. Een tot dan niet besmette larve kan vervolgens bij het bloed zuigen de bacterie oplopen. Zo blijft de cyclus bestaan.

Leefomgeving

Veel teken leven in bosranden en graslanden. Deze gebieden hebben veel vegetatie die de teken beschermt. Ook is de diversiteit aan planten en insecten hoog. Dit trekt veel knaagdieren en vogels aan, waarmee de teken zich voeden en waardoor volwassen teken eitjes kunnen leggen. De teken zitten op grassprietten, bladeren of takken. Met hun voorste twee poten pikken zij signalen op die duiden op een naderende prooi, zoals geuren, warmte en trillingen. Als er contact plaatsvindt met de plant waarop de teek zich bevindt, grijpt de teek zich vast aan de prooi.

De achtertuin

Het totale aantal teken ligt in het bos hoger dan in een achtertuin. Maar de achtertuin wordt op een hele andere manier gebruikt. Tijdens een bezoek aan een natuurgebied zijn mensen geneigd om contact met de begroeiing te vermijden als ze weten dat de kans op een tekenbeet groot is. Ook zullen veel mensen zich achteraf controleren op teken. Dit is in de tuin vaak niet



het geval. Tijdens het tuinieren is er vaak nauw contact met planten, en dus kans op een teek. Omdat veel mensen zich niet bewust zijn van dat risico, is een grondige controle na het tuinieren veel minder gebruikelijk.

Voorkomen is beter

Jaarlijks worden er zo'n 1,5 miljoen tekenbeten gemeld. Gemiddeld vindt hiervan een derde daarvan plaats in de eigen tuin, zo'n 500.000. Teken komen niet alleen in bosrijke gemeenten voor maar zelfs in stadstuinen, dus controleren blijft de beste voorzorg. Een deel van de gebeten mensen ontwikkelt de ziekte van Lyme. Gelukkig is deze redelijk goed te bestrijden met antibiotica, maar een aantal houdt langdurig klachten, soms zelfs levenslang. Het duurt een poosje voordat de bacterie via het speeksel van de teek wordt overgedragen. Daarom is controleren, ook na het tuinieren, en snel verwijderen de beste voor-

zorg om Lyme te voorkomen. Ook helpt het om bedekkende kleding te dragen, zoals lange broek en sokken over de broekspijpen heen. Sommige mensen zijn extra gevoelig voor teken of wonen in een gebied waar ze heel veel voorkomen. Dan kan teekwerende kleding of desnoods het gebruik van een teekwerende spray helpen om de kans op een tekenbeet te verkleinen.

Meer informatie

Tekenradar.nl bevat veel informatie over verspreiding, meldingen van tekenbeten en besmettingen met Lyme.

www.wur.nl Zoek op teken in de tuin. De WUR doet ook onderzoek naar teken in tuinen en heeft hiervoor jaarlijks tuintekentelteams die in eigen tuin teken vangen. www.rivm.nl Zoek op tekenbeten.

Nynke Terpstra studeert toegepaste biologie aan Aeres Hogeschool, Almere.