



# Zecche? No, grazie. Io prevengo

## Cosa sono le zecche?



Le zecche sono piccoli parassiti di colore scuro che si nutrono di sangue, molto diffuse in ambienti freschi e umidi come boschi, bordi di sentieri, prati, campi incolti, parchi e giardini, ma anche stalle e pascoli. Non saltano e non volano: appostati all'estremità delle piante aspettano il passaggio di persone o animali.

## Il morso è pericoloso?

Generalmente non provoca dolore né prurito, ma può essere pericoloso per l'uomo per le eventuali gravi reazioni allergiche e per il rischio di trasmissione di malattie infettive, non sempre facili da riconoscere.

## Quali sono le malattie trasmesse dalle zecche?

Malattia di Lyme  
o borreliosi

Febbre  
ricorrente  
da zecche

Tularemia

Meningo-  
encefalite  
da zecca  
o TBE

Rickettsiosi  
(zecca del  
cane)

Quasi tutte danno sintomi che possono essere scambiati per influenza: stanchezza, dolori muscolari, febbre, mal di testa, linfonodi ingrossati e malessere generale. A volte nella sede del morso compare una macchia rossa che si espande lentamente, ulcere cutanee o papule cutanee. Possono comparire anche sintomi neurologici (meningite, neurite, paralisi facciale...). Alcune malattie danno sintomi gastrointestinali.

Per la **TBE** è disponibile un **vaccino**, efficace in 3 iniezioni intramuscolari, da prenotare ai Servizi Vaccinali ASST.

## Come evitare il morso di zecca?

- **INDOSSA** abiti chiari (rendono più facile l'individuazione delle zecche), con maniche e pantaloni lunghi e infila i pantaloni nei calzini. Scegli scarpe chiuse e cappello.
- **USA DEI REPELLENTI** Applica un repellente adeguato, seguendo le indicazioni, su pelle e abiti.
- **EVITA L'ERBA ALTA** Cammina preferibilmente al centro dei sentieri, evita erba alta e sottobosco.
- **CONTROLLA** zaino o altro materiale rimasto appoggiato sull'erba prima di rindossarlo.
- **OSSERVA** spesso te stesso e i bambini (sia il corpo che i vestiti) e rimuovi eventuali zecche non ancora attaccate.
- **VERIFICA** abbigliamento e accessori una volta terminata l'escursione: scuoti, spazzola ed esponi al sole i materiali difficilmente lavabili.
- **ISPEZIONA** indumenti e parti scoperte, se possibile con l'aiuto di un'altra persona, ricordando che le zecche preferiscono testa, collo, il retro delle ginocchia, pieghe dell'inguine e ascelle.
- **ESAMINA** il tuo animale domestico. È consigliabile utilizzare prodotti specifici contro le zecche.

Per informazioni

**Valtellina e Alto Lario** numero verde **800 572 662**;

mail: [malattie.infettive@ats-montagna.it](mailto:malattie.infettive@ats-montagna.it)

**Valcamonica** numero verde **800 076 323**;

mail: [malattieinfettive.vcs@ats-montagna.it](mailto:malattieinfettive.vcs@ats-montagna.it)

Scopri di più inquadrando il QR Code qui sotto:

