



Kene sokmalarının kötü sonuçlarının önlenmesi.

**KENELERDEN VE EN-
FEKSİYONLARDAN
KORUNMA YOLLARI.**

KÜÇÜK HAYVANLAR BÜYÜK SORUNLARA YOL AÇABİLİR.

Vücudumuzun kan emici küçük parazitler tarafından istila edilmesinin düşüncesi bile biz insanlar için çok rahatsız edicidir. Ancak keneler, taşıdıkları çok sayıda virüs ve bakteri nedeniyle ciddi bir tehlike oluşturabilirler. Bu mikroorganizmalar bir böcek sokması ile bize bulaştığında, ciddi hastalıklar geçirebiliriz. Örneğin Lyme hastalığı veya kene kaynaklı ensefalit, kısaca KKE.

KKE, merkezi sinir sisteminin ve beyin zarlarının iltihaplanmasına neden olabilir. Bu yüzden sizi, aşılama ve diğer önlemlerle nasıl korunabileceğinizi daha ayrıntılı bir şekilde bilgilendirmek istiyoruz.

İçindekiler

Bu rehberin amacı nedir?	2
Keneler nedir ve nerede yaşarlar?	5
Kimler risk altında?	6
Kene kaynaklı ensefalit (KKE) nedir?	8
Nasıl bulaşır?	8
KKE ne kadar yaygındır?	9
Vücutta neler olur?	9
KKE'nin tipik semptomları nelerdir?	10
Hastalığın seyri nasıldır?	10
Aşılamanın önemi neden bu kadar büyük?	12
Keneler başka ne tür hastalıklar bulaştırabilir?	14
Kenelere karşı kendimiz ne yapabiliriz?	16
Keneler nasıl çıkarılır?	18
Riskli bölgeler neresidir?	20



1,50 m yüksekliğe kadar: Dikkat, kene tehlikesi!

TEHLİKEYİ FARK EDELİM. TEHLİKEYİ ORTADAN KALDIRALIM.

Keneler nedir ve nerede yaşarlar?

Keneler örümceğimsiler sınıfının akarlar alt sınıfında bulunur. Yaklaşık 900 türü bilinmekte olup, Avrupa'da en yaygın olarak rastlanılan sert kabuklu kenedir, örneğin mera kenesi, köpek kenesi, koyun kenesi ve orman kenesidir.

Bu keneler, çimenlerde, çalılıklarda ve otlakların, ormanların, bahçelerin ve parkların alt kısımlarındaki çalılıklarda, yaklaşık 1,50 metre yüksekliğe kadar bulunurlar. Eğer bir kene yanlışlıkla temas ederse, insanlara veya hayvanlara kolayca yapışabilir.

Kimler risk altında?

Doğada sık sık zaman geçiren ve açık hava etkinlikleri yapan herkes, örneğin bahçede oyun oynayanlar, bahçe işleriyle uğraşanlar, çiçek toplayanlar, yürüyüşe çıkanlar, doğa yürüyüşleri yapanlar, balık tutanlar, kamp yapanlar ve piknik yapanlar. Ayrıca: Köpek ve kedi sahipleri, evcil hayvanları dışarıda dolaşanlar.

Ayrıca, orman, avcılık, ahşap ve tarım sektörlerinde veya askeri alanda çalışan meslek grupları da risk altındadır.¹

Doğa Açık
hava
Oyun Kamp
Doğa yürüyüşleri Spor
Bahçe Balık
tutma
Yürüyüşler Orman



Kene kaynaklı ensefalit (KKE) nedir?

Kene kaynaklı ensefalit (KKE) veya kene ensefaliti, merkezi sinir sistemini (MSS) etkileyen bir virüs enfeksiyonudur ve enfekte bir kenenin sokmasıyla bulaşır. Yaşlılarda KKE genellikle daha ciddi bir şekilde seyreder.

KKE ne kadar yaygındır?

Sadece Avrupa'da, KKE en az 27 ülkede görülmektedir. Almanya'daki riskli bölgelerin detaylı haritasını 20. sayfada bulabilirsiniz.



Nasıl bulaşır?

Enfeksiyon, kene sokmasıyla bulaşır – kene popülasyonunun yaklaşık %0,1 ila %5'i virüsle enfekteldir.²

Vücutta neler olur?

Virüs, enfekte bir kenenin sokmasıyla vücuda girer. Cilt hücrelerinde ve lenf bezlerinde çoğalır ve ardından kan dolaşımına geçer. Bu şekilde beyne ulaşır ve merkezi sinir sisteminin iltihaplanmasına neden olur.

DİKKAT: BAŞKA HASTALIKLARLA KARIŞTIRMA TEHLİKESİ.

KKE'nin tipik semptomları nelerdir?

Çoğu insan için enfeksiyon, fark edilmeden veya sadece hafif etkilerle geçer. Kene sokmasından birkaç gün ila birkaç hafta sonra grip benzeri semptomlar da dahil olmak üzere çeşitli belirtiler ortaya çıkabilir. Tavsiyemiz: Şikayetleriniz olduğunda her zaman doktorunuzla görüşün.



Hastalığın seyri nasıldır?

İlk aşamada KKE genellikle halsizlik, yorgunluk, ateş, baş ve vücut ağrıları gibi belirtilerle grip gibi başlar. Bazı hastalarda belirtiler kötüleşir ve bu durum merkezi sinir sistemi enfeksiyonunun işaretleri olabilir. Bu ikinci aşamada, enfeksiyon beyin zarlarının, beyin ve omuriliğin iltihaplanmasına yol açabilir ve bazen ciddi seyreden durumlara ve uzun süreli hasarlara neden olabilir.

Bu belirtiler arasında: Felç belirtileri, solunum güçlüğü, denge kaybı, yutma ve konuşma zorlukları bulunur.²

Aşama 1

- GENEL HALSİZLİK
- YORGUNLUK
- BAŞ AĞRISI
- 38°C VE ÜZERİ ATEŞ

Aşama 2

- 40°C VE ÜZERİ ATEŞ
- MENENJİT (beyin ve omurilik iltihabı)
- ENSEFALİT (beyin iltihabı)
- MYELİT (omurilik iltihabı)

ENFEKSİYON YERİNE AŞI.

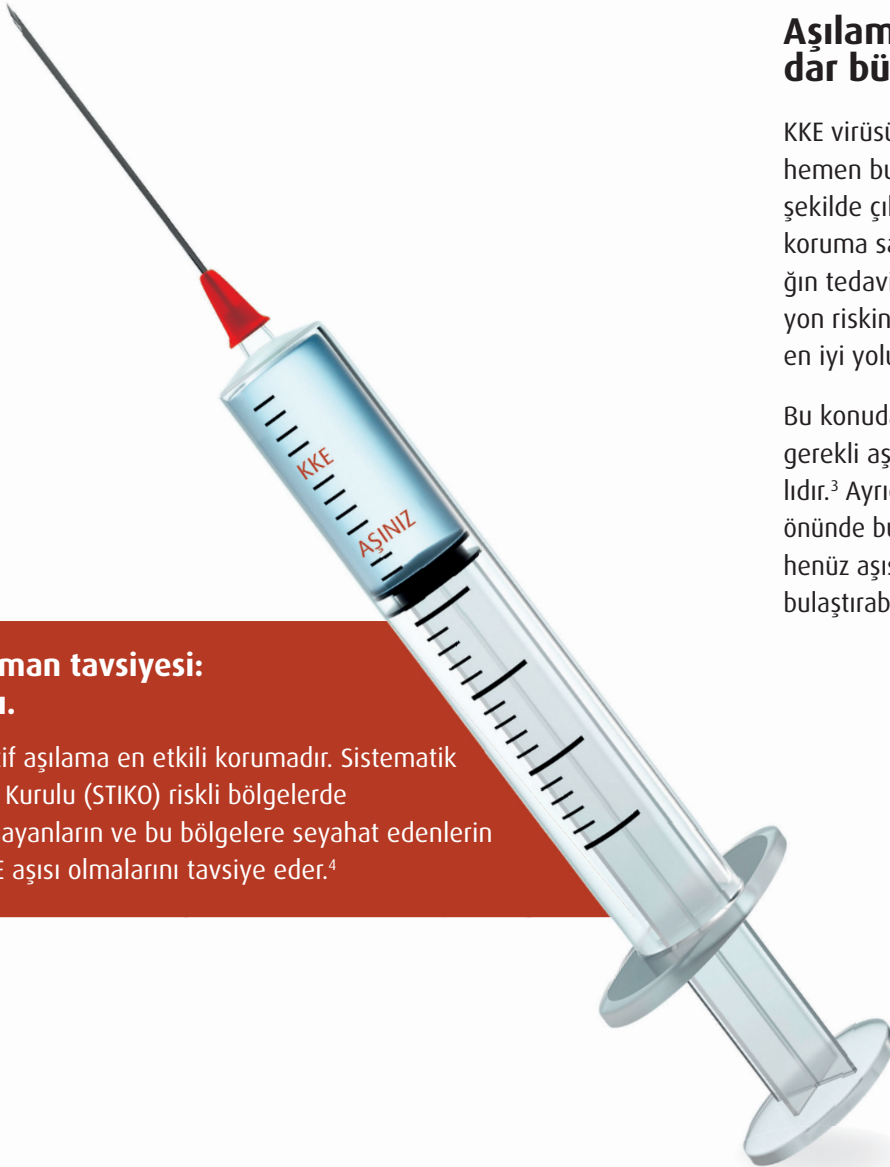
Aşılamanın önemi neden bu kadar büyük?

KKE virüsü, enfekte bir kenenin sokmasıyla hemen bulaşabilir. Bu nedenle, kenenin hızlı bir şekilde çıkarılması bile KKE'ye karşı kesin bir koruma sağlamaz. Bu nedenle, özellikle hastalığın tedavisi aslen mümkün olmadığı için enfeksiyon riskini mümkün olduğunca düşük tutmanın en iyi yolu aşıdır.

Bu konuda dikkat edilmesi gereken nedir? Tüm gerekli aşı dozlarına (genellikle üç doz), uyulmalıdır.³ Ayrıca genel korunma önlemlerini de göz önünde bulundurmanız önemlidir. Çünkü keneler, henüz aşısı henüz olmayan diğer hastalıkları da bulaştırabilirler.

Uzman tavsiyesi: Aşı.

Aktif aşılama en etkili korumadır. Sistematik Aşı Kurulu (STIKO) riskli bölgelerde yaşayanların ve bu bölgelere seyahat edenlerin KKE aşısı olmalarını tavsiye eder.⁴



ÖNLEM ALMAK EN İYİ KORUNMA YOLUDUR.

Keneler başka ne tür hastalıklar bulaştırabilir?

KKE'nin yanı sıra, örneğin Lyme hastalığı patojenlerini bulaştırabilirler. Kene sokmasından birkaç gün ila birkaç hafta sonra grip benzeri belirtiler ortaya çıkarsa (genellikle sokulan bölgede halka şeklinde yayılan bir kızarıklıkla birlikte) lütfen doktorunuza başvurun.

Tedavi edilmezse, Lyme hastalığı sokmadan haftalar veya hatta yıllar sonra eklemleri, sinir sistemini, cildi veya kalbi etkileyebilir ve kalıcı sakatlıklara neden olabilir. KKE'nin aksine, Lyme hastalığı için bir aşı bulunmamaktadır. Bu nedenle, en iyi korunma kenelerin sokmasını önlemektir.⁵





Biliyor muydunuz? Keneler ciltte 24 saatten fazla kalmamalıdır.

Kenelere karşı kendimiz ne yapabiliriz?

Uygun kıyafet giyin

Uzun kollu giysiler ve uzun pantolon koruma sağlar.



Ot, çalılık ve çimenlerden uzak durun

Keneler 1,50 metre yüksekliğe kadar bulunabilir.

Kenelere karşı koruyucu maddeler kullanın

Giysilere ve cilde bolca sürün.



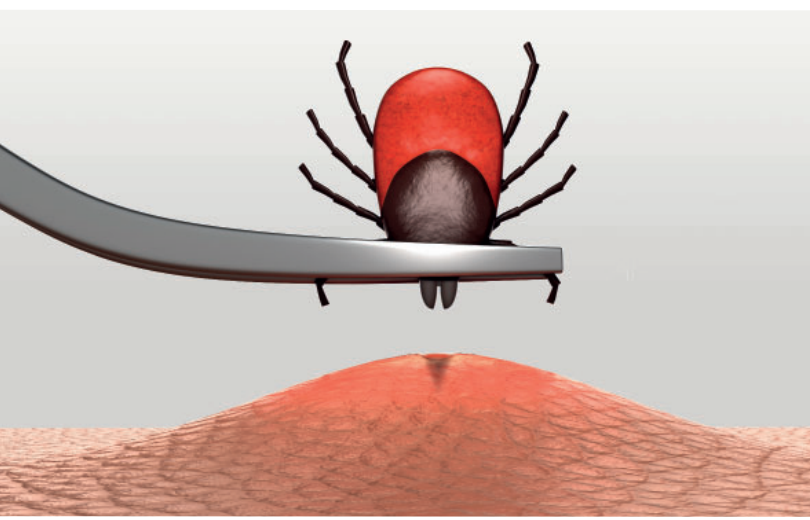
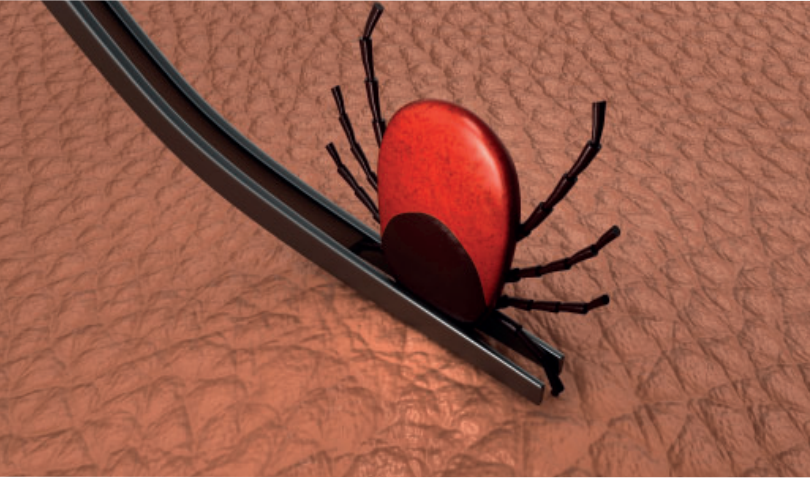
Keneleri çıkarın

Açık hava etkinliklerinden sonra vücudu dikkatlice kontrol edin.



Aşı olun

Doktorunuzla KKE aşısı veya yenileme dozları hakkında konuşun.



Keneler nasıl çıkarılır?

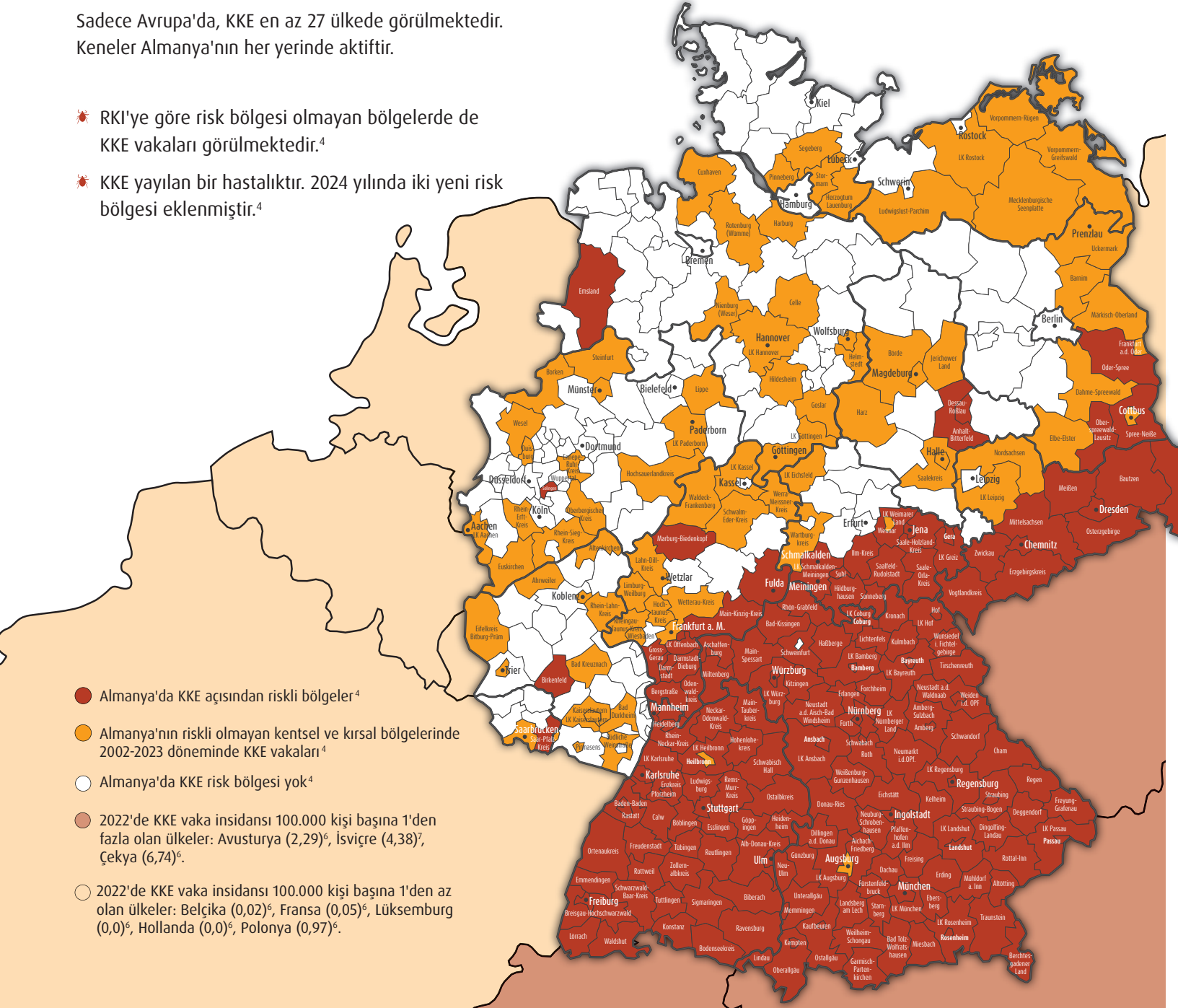
- Mümkün olan en kısa sürede keneyi çıkarın.
- Keneyi cilde mümkün olduğunca yakın bir yerinden bir cımbız, kene pensi veya kene kartı ile tutun.
- Bu tür aletler mevcut değilse, keneyi tırnaklarınızla çıkarabilirsiniz. Burada da keneyi sokulan bölgeye mümkün olduğunca yakın bir yerinden tutun.
- Keneyi ezmeden yavaş ve kontrollü bir şekilde dik olarak yukarı çekin.
- Keneyi çıkardıktan hemen sonra soktuğu noktayı dezenfekte edin.
- Ellerinizi dikkatlice su ve sabunla yıkayın.
- Kene iğnesinin bir kısmı yara içinde kalırsa, genellikle küçük bir siyah nokta olarak görülen hafif bir iltihap oluşabilir. Bu iltihap genellikle zararsızdır. Bu yabancı cisimler genellikle bir süre sonra dışarı atılır. Bu yabancı cisimleri yarayı değiştirerek çıkarmaya çalışmayın.
- Canlı keneyi elle veya ayakla ezmeye çalışmayın, bunun yerine alkole batırın.
- Keneyi sıkıca bantla sarılı bir poşet veya kap içinde atın.
- Oje, vazelin, yağ veya ısı uygulamaktan kaçının.

Riskli bölgeler neresidir?

Sadece Avrupa'da, KKE en az 27 ülkede görülmektedir.
Keneler Almanya'nın her yerinde aktiftir.

- ❗ RKI'ye göre risk bölgesi olmayan bölgelerde de KKE vakaları görülmektedir.⁴
- ❗ KKE yayılan bir hastalıktır. 2024 yılında iki yeni risk bölgesi eklenmiştir.⁴

- Almanya'da KKE açısından riskli bölgeler⁴
- Almanya'nın riskli olmayan kentsel ve kırsal bölgelerinde 2002-2023 döneminde KKE vakaları⁴
- Almanya'da KKE risk bölgesi yok⁴
- 2022'de KKE vaka insidansı 100.000 kişi başına 1'den fazla olan ülkeler: Avusturya (2,29)⁶, İsviçre (4,38)⁷, Çekya (6,74)⁶.
- 2022'de KKE vaka insidansı 100.000 kişi başına 1'den az olan ülkeler: Belçika (0,02)⁶, Fransa (0,05)⁶, Lüksemburg (0,0)⁶, Hollanda (0,0)⁶, Polonya (0,97)⁶.



KKE RİSKİ

Avrupa'daki tehlike

Doktorunuzla KKE aşısı veya yenileme dozu hakkında konuşun.

STIKO ayrıca Almanya dışındaki KKE aşından riskli bölgelerde kenelere maruz kalan kişiler için seyahat aşısı olarak KKE aşısını önermektedir.⁸

Her 100.000 kişi başına teyit edilmiş vaka bildirim oranı⁶

○ 0,00 – 0,09

○ 0,10 – 0,49

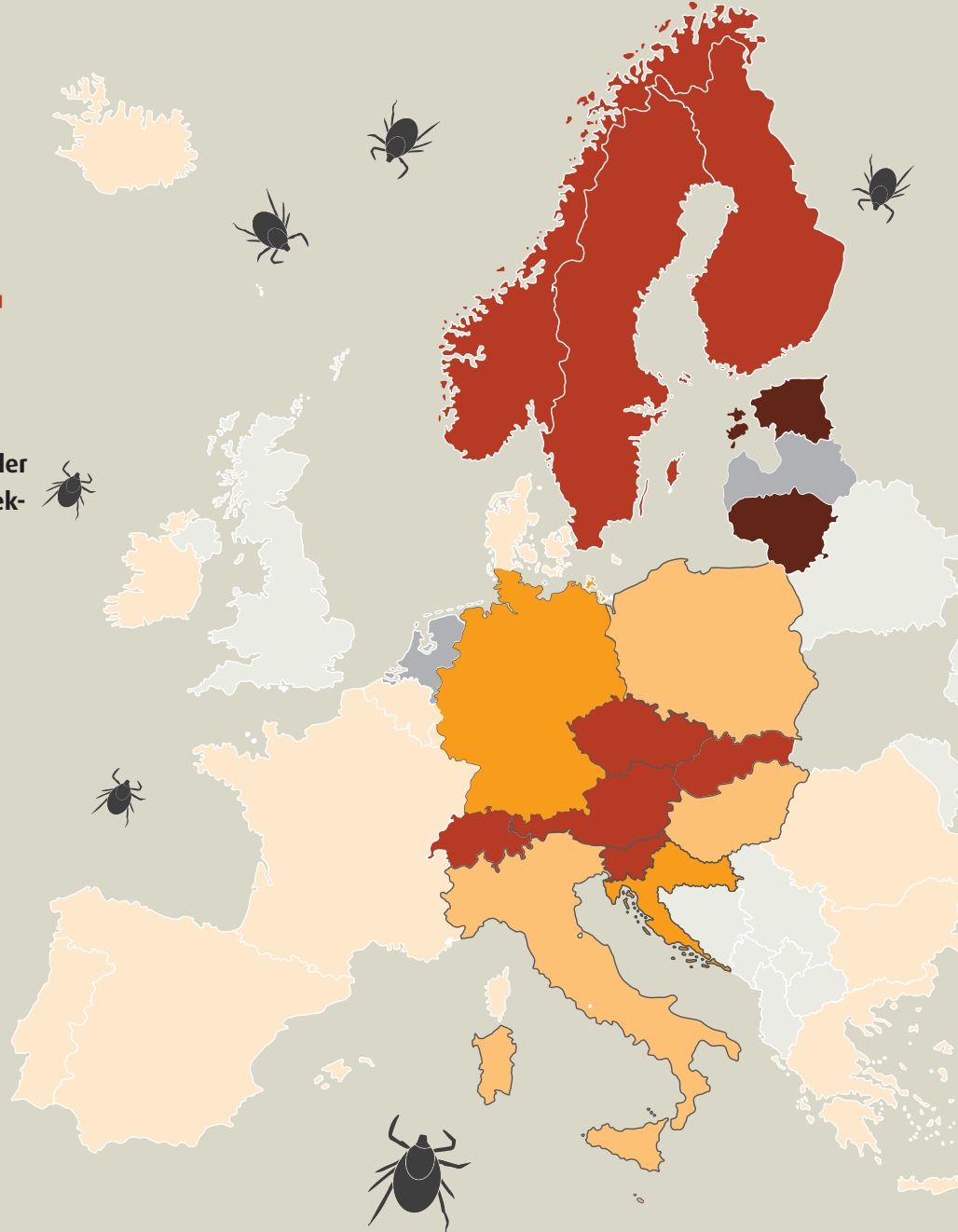
○ 0,50 – 0,99

○ 1,00 – 9,99⁷

○ ≥ 10,00

○ Bildirilmiş veri yok

○ Dahil değildir



Açık havada vakit geçirmekten hoşlanıyor musunuz? Ya da riskli bir bölgede mi yaşıyor veya seyahat ediyorsunuz?

DOKTORUNUZLA KKE AŞISI VEYA YENİLEME DOZU HAKKINDA KONUŞUN.



KKE hakkında ayrıntılı bilgi için:
mein-impfschutz.de

1. <https://www.ecdc.europa.eu/en/tick-borne-encephalitis/facts/factsheet>
(son erişim tarihi 25.11.2021)
2. https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/EpidBull/Merkblaetter/Ratgeber_FSME.html
(son erişim tarihi 25.11.2021)
3. <https://www.rki.de/SharedDocs/FAQ/FSME/FSME-Impfung/FSME-Impfung.html>
(son erişim tarihi 25.11.2021)
4. Robert Koch-Institut. KKE: Almanya'daki riskli bölgeler (Güncellik: Mart 2023).
Epid Bull 2023;9:3–22. DOI 10.25646/11176.
5. <https://www.rki.de/SharedDocs/FAQ/Borreliose/Borreliose.html>
(son erişim tarihi 25.11.2021)