

**Wie TBE
kent, is
ingeënt!**



**PRIKKEN
TEGEN
TBE**

WWW.PRIKKENTEGENTBE.NL

Volg de Tour Tegen TBE

De Fietsende Vrienden voeren met **Prikken Tegen TBE** campagne om Nederland te informeren over dit tekenbeetvirus. Zij reden al eens 1600 km naar het graf van vriend Jaap die in 2017 overleed door TBE. Hij woonde en

*Robert
Baarda* →



werkte al jaren in Stockholm waar hij tevens een gezin had. Met die fietstocht haalden zij maar liefst € 15.555,55 op voor Stichting Tekenbeetziekten en wisten aandacht te genereren voor TBE.

Met de **Tour Tegen TBE** gaan zij nu langs allerlei bezoekerscentra van onze prachtige, Nederlandse natuurgebieden waar ze de nodige voorlichting zullen geven en gesprekken voeren over TBE. Het doel is om meer bekendheid te geven aan dit gevaarlijke, maar nog onbekende virus. Hun tour is te volgen op www.prikkentegentbe.nl

Nieuwe muziek

Robert Baarda is naast 'fietsende vriend' ook acteur, theatermaker en singer-songwriter. Naar aanleiding van de ingrijpende gebeurtenis rondom de dood van zijn jeugdvriend maakte hij al de indrukwekkende voorstelling *JAAP!* en nu volgt het muziekalbum: ***A Friend of Mine***. De komende maanden zullen de eerste songs gedeeld worden en op 6 september 2026 volgt het complete album als onderdeel van de campagne Prikken Tegen TBE.



Foto: Erik Franssen

De teek is een píepklein beestje dat in de natuur voorkomt, maar van een tekenbeet kan je ziek worden. Iedereen kent waarschijnlijk de ziekte van Lyme, maar de tekenbeetziekte TBE (*Tick-Borne Encephalitis*) – ook wel bekend als FSME (tekenencefalitis) – steekt steeds vaker de kop op in Nederland. Het is een infectieziekte die wordt overgebracht door de beet van een besmette teek en kan leiden tot een ontsteking van de hersenen of hersenvliezen, met zelfs een dodelijke afloop. En dat kan eenvoudig voorkomen worden. In Scandinavische landen is het al gewoonte om je te laten vaccineren zodra het zonnige seizoen begint.



**Bij de tekenbeet-
ziekte TBE geldt:
een gewaarschuwd
mens telt voor twee**

Het TBE-virus is een virusinfectie die je door een tekenbeet kan oplopen. In 2016 is het voor 't eerst in Nederland vastgesteld en sindsdien neemt het aantal mensen dat deze ziekte oploopt duidelijk toe.

Het TBE-virus bevindt zich in het speeksel van een besmette teek. Als je door deze teek gebeten wordt, vindt besmetting daarom al binnen enkele minuten via de speekseloverdracht plaats.

Omdat het aantal gevallen van TBE toeneemt en er een bewezen vaccin is tegen dit virus, vinden wij het hoog tijd aandacht en bewustzijn te creëren voor dit "onbekende" virus.

Wat kunnen de gevolgen zijn bij TBE en hoe kan je het voorkomen?

Tekenencefalitis (TBE) is een virale hersen(vlies)ontsteking overgebracht door besmette teken, die kan leiden tot ernstige neurologische klachten zoals verlamming, geheugenverlies of in sommige gevallen overlijden. Het virus wordt direct bij de beet overgedragen. De meeste mensen merken niets van de infectie, of krijgen milde klachten. In andere gevallen begint het 7-14 dagen na de beet vaak met griepachtige symptomen (koorts, vermoeidheid) die na een week verdwijnen.



Om de ernstige gevolgen van zo'n tekenbeet te voorkomen bestaat er een vaccin tegen tekenencefalitis (TBE/FSME) wat je voor maar liefst 95% beschermt tegen TBE. **Let op: Dit vaccin werkt niet tegen Lyme!** Verder is het belangrijk om op de paden te blijven en weg te blijven van hoog gras en lage struiken. Draag daarnaast beschermende kleding als je de natuur in gaat, zoals dichte schoenen, een lange broek en lange mouwen.



Hoe kan je een vaccinatie krijgen?

Ga naar www.lcr.nl, www.thuisvaccinatie.nl of www.ggdvaccinaties.nl voor alle informatie, kosten en persoonlijk advies.



Hoe lang werkt de vaccinatie?

Bij het vaccin dat in Nederland beschikbaar is, bestaat het volledige inentingsprogramma uit 3 doses verspreid over minimaal 6 tot maximaal 15 maanden. Een eerste boosterprik na 3 jaar en daarna (meestal) om de 5 jaar, zorgt voor blijvende bescherming.

Waar bevinden teken zich vooral?

Teken zitten graag in de buurt van de grond tussen bladafval, gevallen takken, mos, gras, lage begroeiing en struiken tot een hoogte van 1,5 meter. Zowel binnen als buiten de bebouwde kom. Ze houden niet (lang) van droogte, dus zitten liefst waar het een beetje vochtig is. Teken vallen niet uit bomen, zoals sommigen denken.

Meer uitgebreide informatie vind je op www.tekenbeetziekten.nl

Volg en deel onze campagne

zodat iedereen in Nederland geïnformeerd
wordt over het TBE-virus.



Prikken Tegen TBE is een initiatief van
De Fietsende Vrienden i.s.m. Stichting Tekenbeetziekten
en Stichting Robert Baarda Producties



WWW.PRIKKENTEGENTBE.NL