

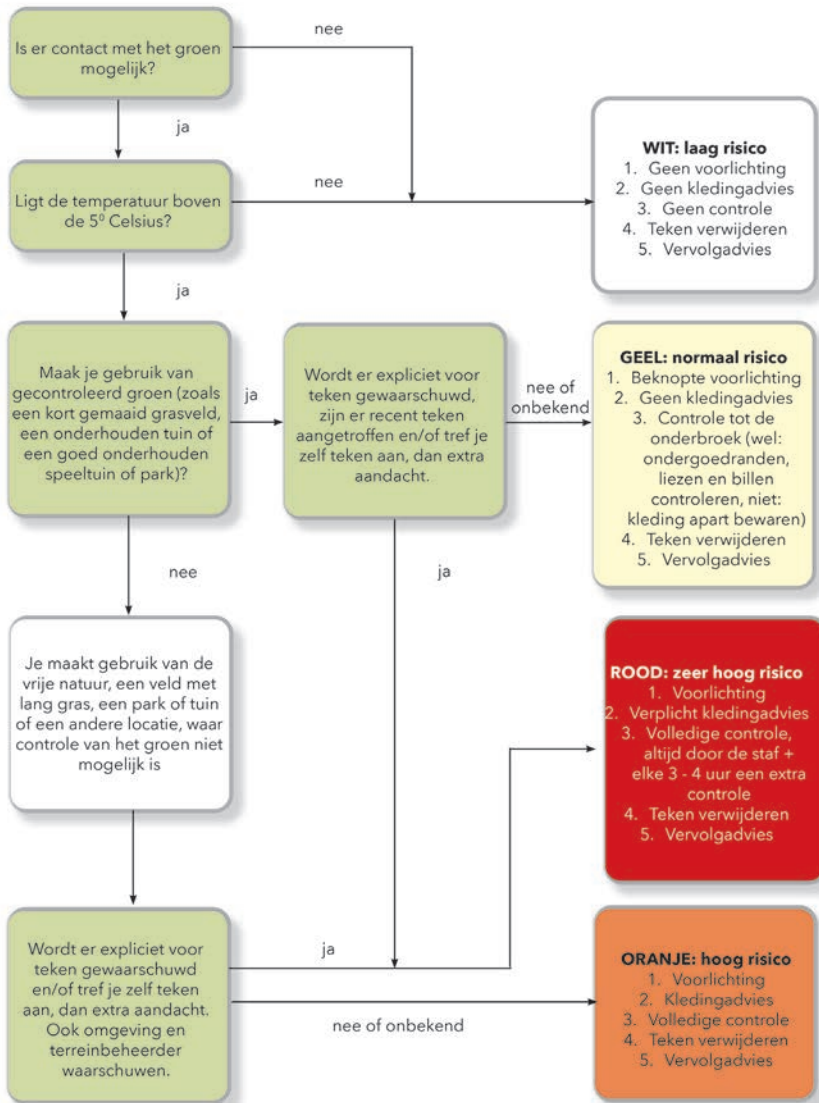


Op kamp

met schoolkinderen

Informatie voor alle betrokkenen bij een georganiseerd buitenevenement:
organisatie, leiding, begeleiders en ouders/verzorgers

Checklist minimale maatregelen



Doorloop dit schema opnieuw voor elke locatie waar je gebruik van maakt. Beperk het dus niet alleen tot de directe omgeving van de accommodatie of het kampeerterrein.

Inleiding & inhoud

De informatie in deze brochure is bestemd voor betrokkenen bij een georganiseerd buitenevenement. Dus voor de leiding/begeleiders van bijvoorbeeld een kamp of sportdag, maar ook voor de ouders, voogden of verzorgers van de deelnemers.

Als leiding/begeleiders heb je een zorgplicht voor je deelnemers.

Dat betekent dat je alles moet doen om te voorkomen dat er ongelukken kunnen gebeuren. Eén van die ongelukken is dat er iemand een tekenbeet oploopt en daardoor een tekenbeetziekte zoals de ziekte van Lyme krijgt. Dat kan een ernstige ziekte worden, indien niet op tijd de juiste medicijnen gegeven worden; een ziekte die artsen moeilijk kunnen opsporen en behandelen. Soms met blijvende invaliditeit tot gevolg.

Om de ziekte van Lyme te voorkomen, moet je de volgende maatregelen nemen:

1. Voorlichting geven over teken, tekenbeten en de ziekte van Lyme.
2. Advies geven over kleding en tekenafweerspray.
3. Controle van lichaam en kleding: de tekencheck.
4. Tekens tijdig verwijderen en de tekenbeet noteren. Eventueel de teek laten verwijderen bij de huisarts of huisartsenpost.
5. Advies geven over eventuele vervolgstappen.

In deze handleiding beschrijven we deze maatregelen en geven we aan hoe je dat bij minderjarigen het beste kunt doen.

Deelnemers zullen alleen begrijpen dat deze maatregelen belangrijk zijn als je als leiding/begeleiders het goede voorbeeld geeft. Dus alles wat voor de deelnemers geldt, geldt ook voor jou.



1. Voorlichting geven over teken, tekenbeten en de ziekte van Lyme

Onze Tekendoos (leskist over teken en tekenbeetziekten) bevat alle informatie om kinderen op de basisschool voor te lichten over teken en de risico's van een tekenbeet. Ook op de website van Infoteek is deze informatie beschikbaar. Zie www.infoteek.nl/tekendoos/voor-scholen/alles-over-tekenbeetziekten/.

Om de ouders, maar ook de leiding/begeleiders voorlichting te geven over teken en tekenbeetziekten, heeft Stichting Tekendeetziekten een brochure beschikbaar (*Informatie over de ziekte van Lyme en andere tekenbeetziekten*), waarvan een voorbeeld is opgenomen in de Tekendoos. Deze brochures kunnen ook gratis in de webshop (in elke gewenste hoeveelheid) besteld worden. We rekenen uitsluitend de verzendkosten. www.tekenbeetziekten.nl/webwinkel/voorlichting/brochure/.

Tenslotte geeft de website van Stichting Tekendeetziekten (www.tekenbeetziekten.nl) zeer uitgebreide informatie over alle aspecten van teken en tekenbeetziekten.



Taak van de leiding/begeleiders

Zorgen dat deelnemers en hun ouders weten:

- Dat een kamp/evenement in "het groen" altijd het risico met zich meebrengt op een tekenbeet.
- Op welke manier je jezelf kunt beschermen tegen een tekenbeet en de eventuele gevolgen ervan.
- Wat de risico's zijn van een tekenbeet (zonder kinderen bang te maken voor de natuur).
- Wat hierin de taken zijn van de leiding/begeleiders, de deelnemers en de ouders.

Op onze site (onder [infoteek/voor-scholen/downloads](http://infoteek.nl/voor-scholen/downloads)) zijn voorbeeldteksten opgenomen om deelnemers en ouders hierover te informeren.

2. Voorkomen van een tekenbeet



De belangrijkste voorzorgsmaatregelen om een tekenbeet te voorkomen zijn:

- **Vermijd plekken waar teken graag zitten**
 - o Tekenen bevinden zich meestal in de buurt van de grond, in afgevalen blad, hoog gras en struiken tot een hoogte van 1,5 meter. Ze houden van een bodem die vochtig blijft en zitten vaak tussen de bladeren, op grassprietjes of op takjes. Blijf tijdens het wandelen op de paden en uit de buurt van struiken die over de paden hangen.
 - o Maak gebruik van "gecontroleerd groen", zoals een kort gemaaid grasveld, een goed onderhouden (speel-)tuin of park.
- **Kleed je zo dat teken niet bij je huid kunnen komen**
 - o Draag bij verblijf in het groen, lichaambedekkende, licht gekleurde kleding. Tekenen zijn op lichte kleding beter zichtbaar. Draag lange mouwen, die goed aansluiten rond je polsen, stop je shirt in je broek, draag een lange broek, stop je broekspijpen in je sokken en draag gesloten schoenen. Draag een hoed of pet. Dat is vooral belangrijk voor kleine kinderen, want teken kruipen bij kinderen graag op het hoofd en in de nek. Doe lang haar vast of stop het in je hoed of pet.
 - o Niet in de natuur je behoeften doen! De overstap van een grassprietje naar een blote bil is voor een teek makkelijk gemaakt.
- **Gebruik een tekenafweerspray voor huid en kleding**
 - o Door het gebruik van een tekenspray wordt het risico op een tekenbeet verkleind, maar een tekenbeet is nog steeds mogelijk! Uit studies blijken sprays met DEET, IR3535, picaridine of citroen-eucalyptusolie (citrodiol) het meest effectief. Ook kleding die is behandeld met permethrine, die te koop is bij outdoorwinkels, kan helpen. Teekwerende middelen zijn een beperkt aantal uren werkzaam. Lees daarom altijd goed de gebruiksaanwijzing en let op of het ook geschikt is voor kinderen voordat je tekenafweerspray bij hen gebruikt.
 - o In de webshop van Stichting Tekenaarziekten verkopen we een prima tekenafweerspray op basis van IR3535: Sentsz Insect Schild. Die is geschikt voor kinderen vanaf 1 jaar.

- **Houd altijd een tekenverwijderaar bij de hand**

- o Er zijn veel verschillende tekenverwijderaars te koop. Welke je het liefst gebruikt is voornamelijk een kwestie van persoonlijke voorkeur. Maar let bij de aankoop op twee belangrijke zaken:
 1. een tekenverwijderaar moet niet alleen geschikt zijn voor grote en/of volgezogen teken, maar óók voor hele kleine teekjes, zoals teken in het larven- of nimfen-stadium;
 2. een tekenverwijderaar moet de teek niet fijnknippen of pletten: in principe wil je een teek levend uit het lichaam halen.



Taak van de leiding/begeleiders

- Deelnemers en ouders informeren dat ze de juiste kleding en tekenafweerspray mee moeten nemen.
- Zorgdragen voor een goed EHBO-pakket, dat afgestemd is op teken en tekenbeten, dus met één of meerdere typen tekenverwijderaars.
- Tijdens het kamp aangeven wanneer de deelnemers preventieve maatregelen moeten nemen.
- Tijdens het kamp het goede voorbeeld geven door zelf deze preventieve maatregelen te nemen.
- Bij kinderen tot en met 15 jaar: actief zorgen dat het advies wordt nageleefd.
- Het bijhouden van een Logboek en bijhouden van het formulier Tekenregistratie van elke deelnemer.

Taak van de ouders/verzorgers

De deelnemers en hun ouders zijn zelf verantwoordelijk voor het meenemen van de juiste kleding en tekenafweerspray. Doen ze dat niet, dan is het risico dat de deelnemers daardoor lopen hun eigen verantwoording.

3. Controle van kleding en lichaam: de tekencheck

De tekencheck staat uitgebreid beschreven op onze website: www.infoteek.nl/tekendoos/tekendoos/tekencheck/. Hieronder een verkorte samenvatting.

Stap 1

Kleding - alle kleding! - controleren. Van onderbroek tot schoenen. Van binnen en van buiten. Teken verstoppen zich graag op donkere plekjes, zoals in de zoom van je spijkerbroek of onderbroek, aan de binnenkant van een hemd, in schoenen enzovoort. Je kunt hierbij ook een kleefroller gebruiken. Omdat teken pootjes met haakjes hebben, schud je ze er niet zomaar van af. En bedenk dat waar één teek zit, er meestal meerdere zijn!

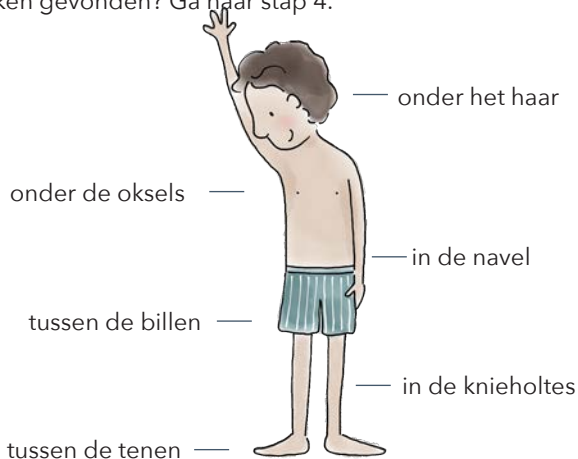


Je kunt een teek op/in je kleding het beste "vangen" met een plakbandje en dat dichtplakken. De teek kan zo geen kant meer op en gaat dood. Geen plakband bij de hand? Doe de teek in een plastic zakje dat je dichtknoopt.



Stap 2

Na de kleding is het lichaam aan de beurt. Teken gaan het liefst op zoek naar plekjes waar ze niet zo diep door de huid hoeven boren: dus naar plekjes waar de huid dun is en waar het donker en een beetje vochtig is. Kijk dus goed tussen de tenen, in de knieholtes, in de liezen, tussen de billen, in de navel, in de nek, onder het haar en achter de oren. Kom je ergens een teek tegen, die zich in je heeft vastgezogen? Zie stap 3. Geen teken gevonden? Ga naar stap 4.



Stap 3

Als je op het lichaam ergens een vastgebeten teek hebt gevonden, dan moet die zo snel mogelijk verwijderd worden. Je gebruikt daarvoor een goede teekverwijderaar. Het belangrijkste is dat je een teek levend uit het lichaam haalt, dus NIET eerst doodmaken, doodknijpen of onthoofden door alleen haar lijfje te verwijderen. En nooit in het lijfje knijpen. Van al deze zaken gaat de teek spugen en is de kans veel groter dat zij - als zij besmet zou zijn - de bacteriën in je lichaam spuugt.

Dus je schuift rustig de teekverwijderaar zo dicht mogelijk tegen het vel onder de teek. En dan trek je hem er rechtop uit. NOOIT draaien.

De gevangen teek (die als alles goed gegaan is nog leeft), plak je op een plakbandje, dat je dichtvouwt. Zo kun je de teek zonder risico weggooien.

Het beetwondje moet ontsmet worden met jodium of 70% alcohol.

Schrijf de datum en plaats van de beet op het formulier Tekenregistratie.

Stap 4

Na de tekencheck onder de douche. Je weet dan zeker dat eventueel nog ergens loslopende, niet ontdekte teken worden weggespoeld. Let op: een eenmaal vastgezogen teek spoel je niet weg onder de douche of in bad!

De kleding kan het beste even een halfuurtje in een wasdroger, of daar nu wel of niet een teek op of in gevonden werd. Tekenen kunnen de wasmachine, wanneer kouder dan 60°C, overleven maar kunnen niet tegen de droge, hete lucht in de wasdroger en gaan daar dood.

Controleur en toezichthouder

De belangrijkste taak is die van de 'controleur'. Dat is altijd een volwassene.

Bij meisjes is dat een vrouw en bij jongens een man. De controleur heeft als taak: het lichaam controleren.

Bij minderjarigen is er verder een 'toezichthouder'. Dat kan een volwassene zijn, maar eventueel ook twee of meer minderjarigen. Bij meisjes is de toezichthouder een vrouw en bij jongens desgewenst een man. De toezichthouder heeft als taak: erop letten dat de controleur zich aan de gedragscode houdt. Verder kan de toezichthouder een beetje meehelpen door de kleding te controleren. De toezichthouder mag NIET meehelpen met de controle van het lichaam.

Je mag nooit alleen zijn bij het controleren van een kind. Dit ter voorkoming en verwijt van machtsmisbruik.



Gedragsregels

- a. Ga professioneel om met de tekencheck: controleer de deelnemers snel na het buiten zijn, zakelijk en zeer zorgvuldig.
- b. Houd jongens en meisjes gescheiden.
- c. Doe de tekencheck en het verwijderen van teken in een ruimte met voldoende privacy:
 - Zorg dat er niemand binnen komt zonder kloppen.
 - Vraag altijd toestemming aan de deelnemer voor je iemand binnenlaat.
- d. Laat deelnemers die dat willen hun onderbroek aanhouden totdat je begint met de controle van het onderlichaam en de benen.
- e. Vermijd één-op-één situaties, zorg bij voorkeur voor een volwassen toezichthouder.
- f. Zorg dat de controleur en de toezichthouder geen familieband of relatie hebben.
- g. Zorg dat de toezichthouder niet actief betrokken is bij de controle van het lichaam van de deelnemer.
- h. Respecteer de deelnemers in blik, beeld, woord en gebaar.
- i. Staar niet naar de deelnemers.
- j. Maak geen foto- of filmopnames tijdens de tekencheck of het verwijderen van teken.
- k. Onthoud je van elke vorm van seksuele intimidatie en seksueel handelen, maak ook geen:
 - dubbelzinnige opmerkingen,
 - opmerkingen over het lichaam of het uiterlijk van de deelnemer,
 - andere opmerkingen die seksueel of erotisch geïnterpreteerd kunnen worden.
- l. Zorg dat lichamelijk contact functioneel is en niet verkeerd begrepen wordt:
 - Kondig aanrakingen van tevoren aan, en leg uit waarom deze nodig zijn.
 - Volg bij de uitvoering de aanwijzingen van de deelnemer, maar ga niet in op aanwijzingen die tot aanrakingen leiden die intiemer zijn dan nodig.
- m. Onthoud je van elke vorm van machtsmisbruik, ook als een deelnemer de noodzakelijke tekencheck of het verwijderen van teken weigert. Neem in dat geval de volgende stappen:
 - Vraag naar zijn/haar motivatie.
 - Leg de noodzaak en de procedure nogmaals rustig uit.
 - Neem contact op met de ouders, leg het probleem voor en vraag wat zij willen dat je doet.
 - Breng de deelnemer in contact met zijn/haar ouders en laat hen vertellen wat zij willen.
 - Neem contact op met de huisarts bij twijfel over een teek.

- n. Stel de leiding/andere begeleiders op de hoogte als je bent afgeweken van deze handleiding of gedragscode.
- o. Hou een logboek bij en vermeld in het logboek als je bent afgeweken van deze handleiding of gedragscode.
- p. Realiseer je dat de tekencheck en het verwijderen van teken door deelnemers en hun ouders/verzorgers verkeerd begrepen kunnen worden en kunnen leiden tot beschuldigingen van (seksuele) intimidatie, aanranding of misbruik. Wees altijd bereid om verantwoording af te leggen over de noodzaak en functionaliteit van je handelingen en de gevolgde procedures.



Taak van de leiding/begeleiders

- Geef zelf het goede voorbeeld:
 - o doe zelf ook altijd een tekencheck; laat je hierbij - waar nodig - helpen;
 - o noteer ook altijd je eigen tekenbeten.
- Houd je altijd aan de gedragsregels tekencheck.
- Zorg ervoor dat je altijd met twee personen bent tijdens de tekencheck.
- Zorg ervoor dat je voor, tijdens en na het kamp beschikbaar bent om de noodzaak van de maatregelen en de gevolgde procedures uit te leggen aan de deelnemers en hun ouders.

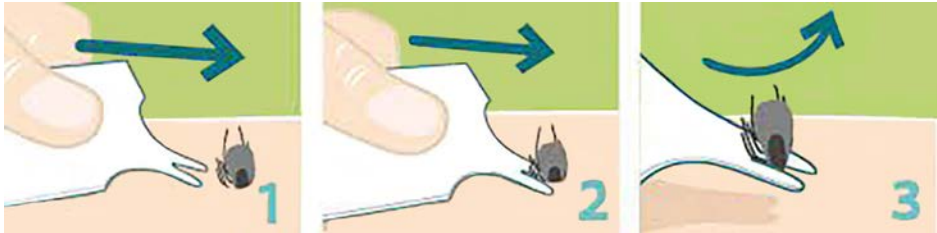
Taak van de ouders/verzorgers

De ouders/verzorgers zijn geïnformeerd over de tekencheck-procedure, gaan hiermee stilzwijgend akkoord en werken eraan mee door geen bezwaar te maken tegen de voorzorgsmaatregelen en de tekencheck.

Willen ze niet dat er een tekencheck bij hun kind(eren) wordt gedaan, dan kunnen ze voor het kamp een "geen-tekencheck" brief ondertekenen.

4. Teken tijdig **verwijderen** en tekenbeet **registreren**

- a. Verwijder een teek zo snel mogelijk.
- b. Je mag nooit alcohol, jodium, olie of andere middelen gebruiken voordat je de teek verwijdert. Dit vergroot de kans dat de teek spuugt en zo ziektes overbrengt.
- c. Neem een goede tekenverwijderaar waarmee je de teek goed bij de kop kunt vastpakken (laat het lichaam van de teek altijd met rust).
- d. Pak de teek - zo dicht mogelijk bij de huid - bij de kop en trek hem er langzaam uit, zonder te draaien. Soms blijft er een heel klein stukje van de steeksnuit van de teek achter, dit zweert vanzelf uit de huid.
- e. Ontsmet het beetwondje met 70% alcohol of jodium.
- f. Noteer de datum van de beet en de plaats op het lichaam op het formulier Tekenregistratie.
- g. Geef het formulier Tekenregistratie na het kamp aan elk kind mee naar huis en geef de deelnemer en de ouders advies over de vervolgstappen.
- h. Doe de teek in een plakbandje en gooi 'm weg.



Taak van de leiding/begeleiders

Teken zo snel mogelijk weghalen volgens de gebruiksaanwijzing van de tekenverwijderaar.

Een teek weghalen is een precies klusje. Daarom moet dit altijd door een volwassen lid van de leiding of begeleider gedaan worden.

5. Advies over eventuele vervolgstappen

Geef aan het eind van het kamp aan elke deelnemer zijn formulier Tekenregistratie, ook als je geen teken hebt weggehaald. Geef mondeling advies over het wassen van de kleding, zoals hieronder. Dit advies staat ook op het formulier Tekenregistratie, zodat ze het thuis nog eens kunnen nalezen.

- Zorg ervoor dat de kampkieren niet in contact komen met andere kleren in de wasmand. Doe ze bij voorkeur apart in een afgesloten plastic zak. Een eventuele teek kan zo niet overlopen naar ander wasgoed.
- Was de kampkieren zo heet mogelijk: teken gaan pas dood in water van minimaal 60°.
- Droog, na het wassen, de kleren liefst in de wasdroger op een zo hoog mogelijke stand.



Is een deelnemer tijdens het kamp gebeten door een teek? Geef dan de volgende adviezen aan alle deelnemers en hun ouders.

- Houd tot zes maanden na de tekenbeet de huid rondom de beet in de gaten. Let op het ontstaan van een rode ring of vlek op de huid, griepverschijnselen, koorts, onverklaarbare spierpijn, hoofdpijn en gewrichtspijn.
- Maak van een rode ring/vlek dagelijks een foto en laat die aan de arts zien.
- Ga naar de huisarts als een rode ring of vlek op de huid ontstaat, als één van de andere klachten ontstaat of als er acute heftige reacties optreden. Laat het formulier Tekenregistratie aan de arts zien.
- Wanneer er op een andere plaats op het lichaam afwijkingen ontstaan dan op de plaats van de tekenbeet, ook naar de arts gaan.

Taak van de
leiding/
begeleiders

Indien nodig bovenstaande adviezen aan de deelnemers en hun ouders geven.



Taak van de
ouders/
verzorgers

De deelnemers en hun ouders zijn zelf verantwoordelijk voor het opvolgen van deze adviezen.

Voorbeeld formulier Tekenregistratie

Tekenregistratie van:

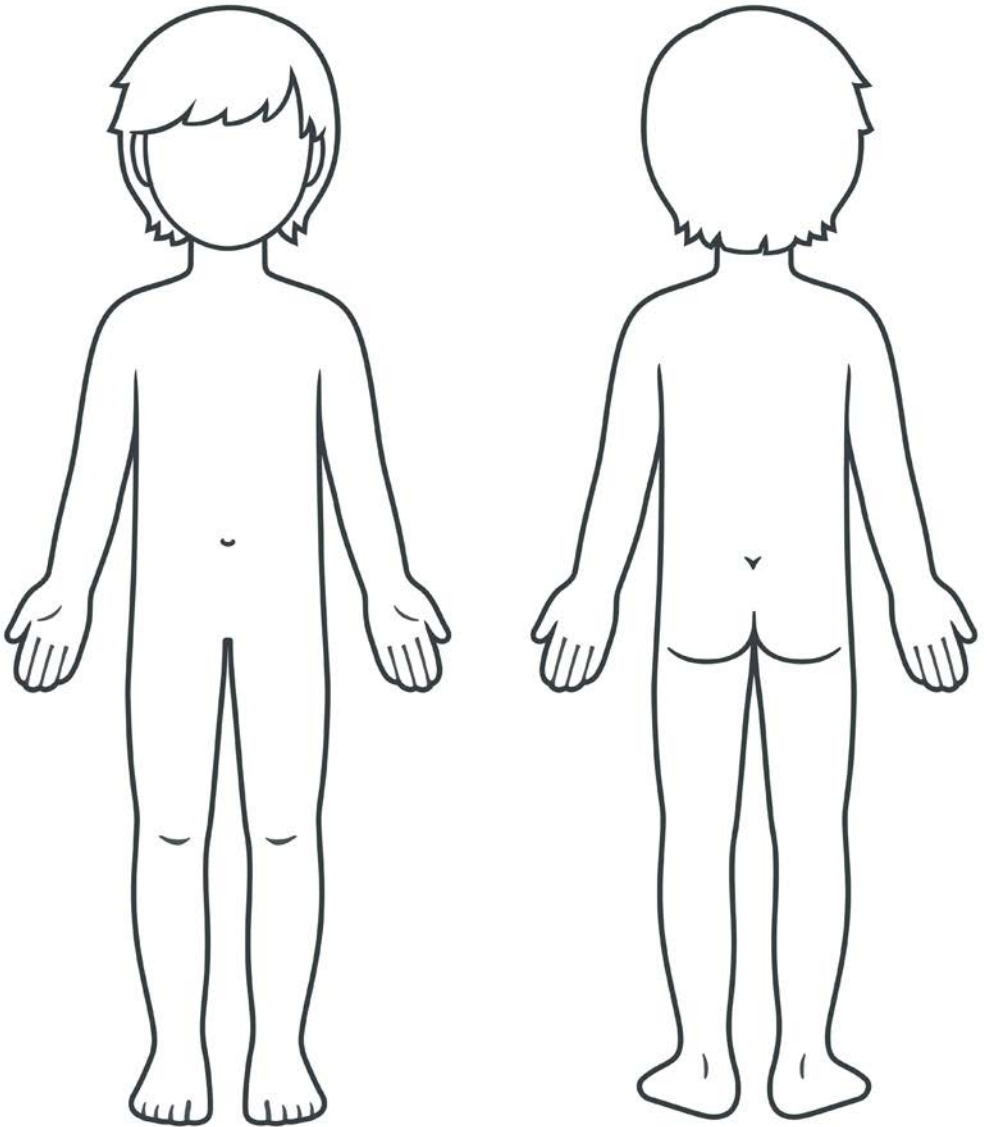
Geboortedatum:

Tijdens het kamp van <datum> t/m <datum> in/nabij <plaats>, <land>, verbleven we in een gebied waar teken voorkomen.

Was daarom meteen na thuiskomst alle kleding op 60°C of doe ze minimaal 30 minuten in de droger op een heet programma. Een teek overleeft een wasprogramma van 40°C.

Ga naar de huisarts als je in de komende 6 maanden last krijgt van griepverschijnselen, onverklaarbare klachten of een rode ring of vlek op je huid. Vertel dat je in een gebied bent geweest met veel teken. Als je door een teek bent gebeten, vertel je dat en laat je dit formulier zien. Hierop staat aangegeven wanneer en waar je gebeten bent.

Nr.	Datum	Bijzonderheden
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		
Totaal bij jou weggehaalde teken:		



Geef met een cijfer - corresponderend met dat in de tabel op de andere zijde - aan waar de teek is aangetroffen.

Downloads en brochure bestellen

Als je met kinderen op kamp of een andere buitenevenement gaat, is het nuttig/noodzakelijk om vooraf zowel de kinderen als de ouders te informeren over de risico's van een tekenbeet en hoe die te voorkomen. Ook moet vooraf aangekondigd worden dat kinderen te maken zullen krijgen met een tekencheck en moet ouders de mogelijkheid geboden worden hiervan af te zien.

Op de site van Infoteek (www.infoteek.nl/tekendoos/voor-scholen/downloads/) staat een aantal voorbeeldteksten in Word, die gebruikt kunnen worden in de communicatie met kinderen en ouders over dit onderwerp. Je kunt ze los gebruiken of integreren in de teksten/voorwaarden die je toch al maakt over het kamp. Het gaat om de volgende teksten:

- Voorbeeld kampbrief voor kinderen/deelnemers
- Voorbeeld kampbrief voor ouders en verzorgers
- Voorbeeld "geen-tekencheck brief" voor ouders

Onder dezelfde link kan het voorgaande voorbeeldformulier tekenregistratie als PDF op A4-formaat gedownload worden.

Voor deelnemers en ouders kan deze brochure ook gratis in elke gewenste hoeveelheid besteld worden in onze webshop. We brengen uitsluitend de verzendkosten in rekening.



Disclaimer

Aan de inhoud van dit document is de grootst mogelijke zorg besteed. Je kunt er echter geen rechten aan ontleen en wij aanvaarden geen enkele aansprakelijkheid voor de gevolgen van het al dan niet opvolgen van de instructies in deze brochure of enige andere informatiedrager van Stichting Tekenbeetziekten - infoTeek.

InfoTeek is een onderdeel van Stichting Tekenbeetziekten, dat zich specifiek bezighoudt met voorlichtingsprojecten, zoals o.a. de Tekendoos. De stichting - en dus ook Infoteek - is een ongesubsidieerde vrijwilligersorganisatie, die voor haar inkomsten geheel afhankelijk is van donaties van bedrijven, scholen en particulieren. Wij zijn door de belastingdienst erkend als ANBI en zijn CBF-gecertificeerd. Eventuele donaties kunnen overgemaakt worden via onderstaande iDeal QR-code. Alvast hartelijk dank daarvoor.

