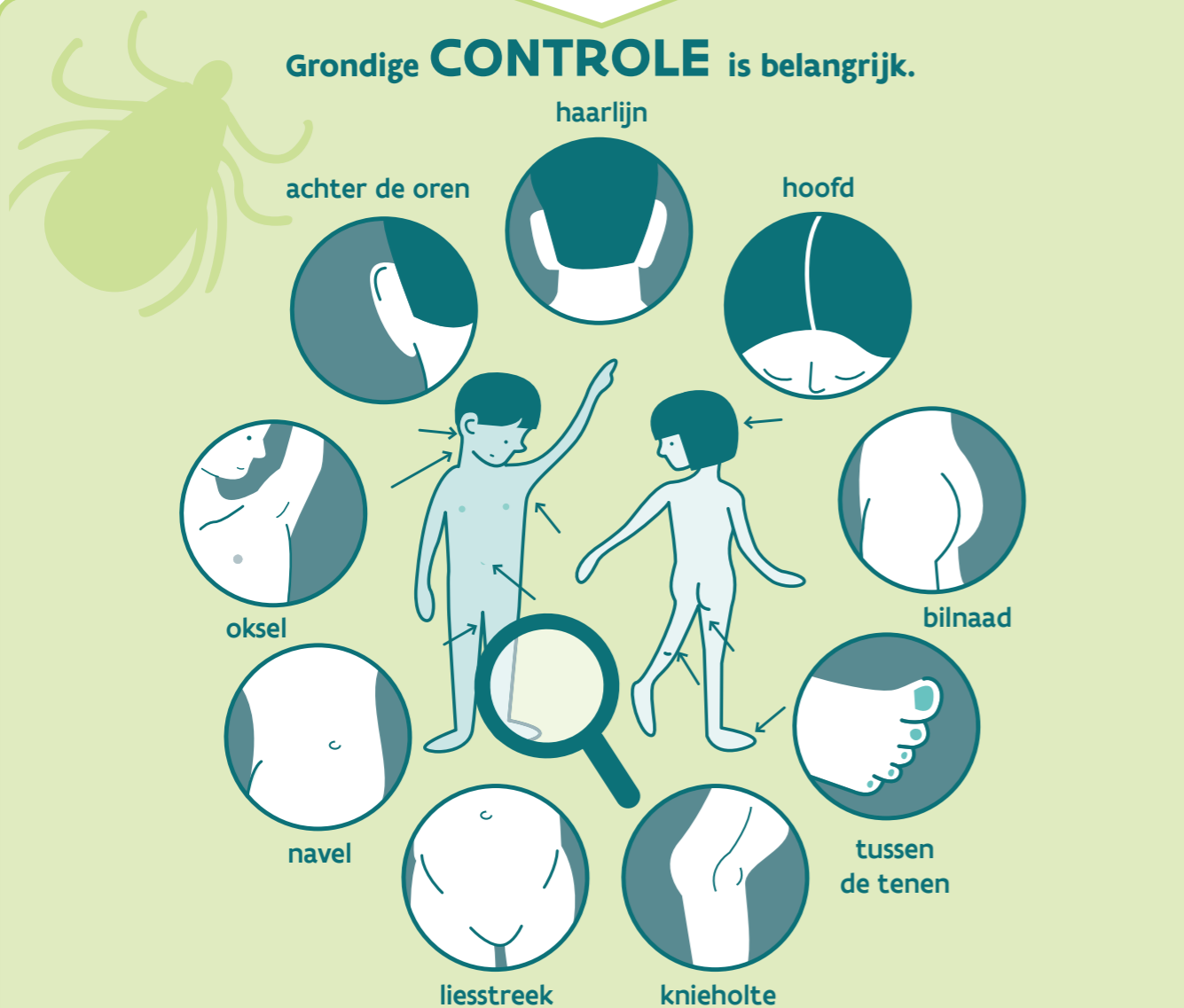


HEB JE SAMEN MET JE LEERLINGEN GENOTEN VAN DE NATUUR?

Zorg er dan voor dat ze zichzelf **ALTIJD** controleren op tekenbeten.



Genieten van de natuur is goed voor je gezondheid.
Maar ... wees niet gek!
Denk aan de **TEKENCHECK!**



Grondige **CONTROLE** is belangrijk.

haarlijn
achter de oren
hoofd
oksel
bilnaad
navel
liesstreek
knieholte
tussen de tenen

Zorg ervoor dat iedereen zichzelf controleert **VAN KOP TOT TEEN**, want een teek is erg klein en zoekt vaak een warm plekje.



HEEFT NIEMAND EEN TEKENBEET?
Super, denk aan deze **CONTROLE** elke keer weer nadat je met je leerlingen in de natuur geweest bent.

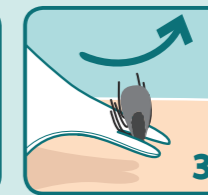
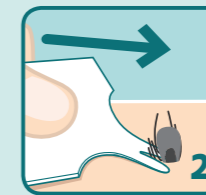
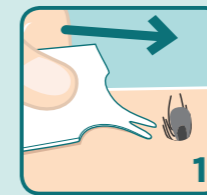


HEEFT IEMAND EEN TEKENBEET?
Verwijder de teek rustig en in één beweging, dezelfde dag nog.



VERWIJDER de teek rustig en in één beweging.

Gebruik een tekenverwijderaar.



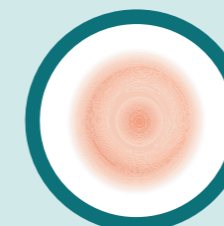
NOTEER DE DATUM EN PLAATS VAN DE TEKENBEET.



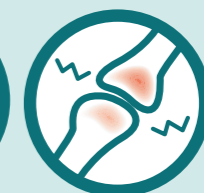
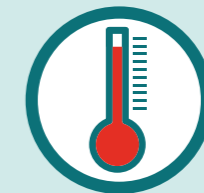
BRENG DE OUDERS OP DE HOOGTE. ZIJ MOETEN DE MOGELIJKE SYMPTOMEN EEN MAAND LANG OPVOLGEN.

VOLG OP

Let op deze **SYMPTOMEN:**



een **RODE VLEK**, rond de plaats van de beet, die groter wordt



griepachtige symptomen zoals koorts, gewrichts- of spierpijn

Ga naar de huisarts als je je niet goed voelt of een rode kring ziet op de plaats van de tekenbeet.

Meer informatie en adviezen op de website tekenbeten.be
Bestel ook gratis de gids 'Wat te doen bij een tekenbeet?' voor in je EHBO-koffer.

Noteer de datum en plaats van de tekenbeet en herinner jezelf aan het opvolgen van de symptomen. Je kunt hiervoor de app TekenNet gebruiken.