



Ben je vandaag buiten geweest?

JA

NEE

Heb je hoog gras, bosjes of bladeren aangeraakt?

NEE



Slaap lekker dan!

**JA** Controleer jezelf op teken

1-3 mm

CONTROLEER ELKE PLEK, KIJK VOORAL GOED:



achter de oren



haarlijn



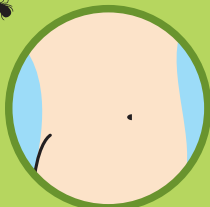
hoofd



oksel



bilnaad



navel



lies



knieholte

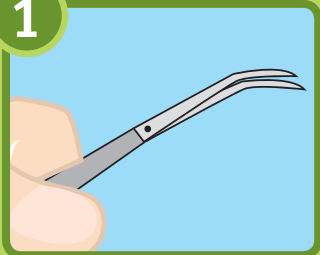


tussen de tenen

**TEEK GEVONDEN? VERWIJDER HEM!**  
**HOE? DRAAI DE KAART OM**

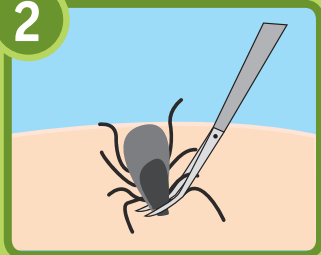
# HOE VERWIJDER JE EEN TEEK?

1



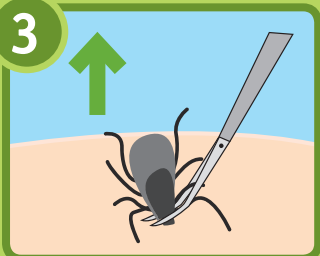
Pak een pincet of tekentang.

2



Pak de teek zo dicht mogelijk op de huid vast.

3

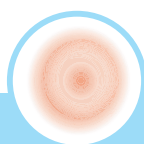


Trek de teek er recht naar boven uit.

4



Ontsmet de beetplek.  
Noteer de datum!



## SYMPTOMEN

Houd tot 3 maanden na de beet de huid rondom de beet in de gaten. Ga bij het ontstaan van een verkleuring van de huid of griepachtige verschijnselen naar de huisarts.

[www.wijvallennietuitbomen.nl](http://www.wijvallennietuitbomen.nl)

GGD Drenthe