



Presseinformation

Seite 1 von 4

Zecken überall: Warum der Schutz vor FSME und Borreliose nicht nur in Risikogebieten wichtig ist

Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit informiert über Risiken, neue FSME-Gebiete und wirksamen Zeckenschutz

Köln, 09. April 2026. Mit steigenden Temperaturen zieht es viele Menschen wieder nach draußen – in Parks, Wälder oder in den Urlaub. Damit beginnt auch die Zeckensaison. Zeckenstiche sind nicht nur lästig, sie können auch Krankheiten übertragen. Dazu gehören auch die Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME), eine Virusinfektion, sowie die Lyme-Borreliose, eine bakterielle Erkrankung.

Warum ist FSME so gefährlich?

FSME wird durch Viren verursacht und kann schwere Krankheitsverläufe auslösen – etwa Entzündungen des Gehirns, der Hirnhäute oder des Rückenmarks. Eine gezielte Behandlung gegen das Virus gibt es nicht, eine Impfung kann schützen.

Wer sollte sich gegen FSME impfen lassen?

Die Ständige Impfkommision (STIKO) empfiehlt die Impfung allen Personen, die in FSME-Risikogebieten leben oder sich dort aufhalten und Zeckenstichen ausgesetzt sein können. Dazu zählen auch Menschen, die beruflich gefährdet sind, zum Beispiel in der Forst- und Landwirtschaft oder im Labor. Auch für Reisende in FSME-Risikogebiete im In- und Ausland (z.B. Österreich) wird die Impfung empfohlen. Orientierung bietet der digitale Impfcheck des Bundesinstituts: <https://www.infektionsschutz.de/impfchecks/fsme-impfcheck/>

Lohnt sich die Impfung jetzt noch?

Ja, auch zum Start der Zeckensaison ist eine Impfung sinnvoll: Bereits 14 Tage nach der zweiten Impfung besteht bei den meisten Geimpften ein Schutz, der für die laufende Saison zunächst ausreichend ist. Für eine länger anhaltende Schutzwirkung ist die dritte Impfung erforderlich.

Können Kinder gegen FSME geimpft werden?

Ja, Kinder können ab dem ersten Lebensjahr gegen FSME geimpft werden. Eltern sollten sich dazu bei ihrer Kinderärztin oder ihrem Kinderarzt beraten lassen.



Wo liegen die Risikogebiete?

In Deutschland sind vor allem Baden-Württemberg, Bayern, das südliche Hessen, das südöstliche Thüringen, Sachsen und das südöstliche Brandenburg Risikogebiete. Darüber hinaus sind einzelne Kreise in fünf weiteren Bundesländern betroffen und die Zahl der Risikogebiete wächst weiter. Neu hinzugekommen sind 2026:

- Sachsen: Landkreis Nordsachsen
- Sachsen-Anhalt: Stadtkreis Halle (Saale)

Grundsätzlich gilt: Zecken kommen in ganz Deutschland vor und ein Stich ist auch außerhalb ausgewiesener Risikogebiete möglich.

Wie kann ich mich vor Zeckenstichen schützen?

Einfache Maßnahmen können das Risiko deutlich senken:

- Geschlossene Kleidung tragen (lange Hosen und Ärmel, feste Schuhe, Hosenbeine in die Strümpfe stecken)
- Helle Kleidung wählen, um Zecken schneller zu entdecken
- Zeckenabweisende Mittel auf Haut und Kleidung auftragen (wirken nur einige Stunden)
- Nach dem Aufenthalt im Freien Körper und Kleidung gründlich absuchen

Wichtig: Zecken sitzen meist in Gras, Gebüsch oder Unterholz – sie fallen nicht von Bäumen.

Wie entfernt man eine Zecke richtig?

Zecken sollten möglichst schnell entfernt werden, da sie Krankheitserreger übertragen können. Dafür eignet sich eine Pinzette oder eine Zeckenkarte: Die Zecke nah an der Haut greifen und langsam herausziehen. Da Borreliose-Erreger oft erst nach mehreren Stunden übertragen werden, kann schnelles Entfernen das Risiko verringern. Bei FSME gilt das jedoch nicht: Die Viren können bereits zu Beginn des Stichs übertragen werden.



Wer sich schützt und seinen Impfschutz rechtzeitig überprüft, kann die Zeit im Freien genießen. Weitere **Hintergrundinformationen und Gesundheitstipps** zum Thema finden Sie hier:

- FSME-Impfcheck:
www.infektionsschutz.de/impfchecks/fsme-impfcheck
- FSME-Impfung bei Kindern:
www.infektionsschutz.de/impfen/fuer-kinder-0-12-jahre/fsme-impfung-bei-kindern/
- FSME-Impfung bei Jugendlichen:
www.infektionsschutz.de/impfen/fuer-jugendliche-12-17-jahre/fsme-fruehsommer-meningoenzephalitis/
- FSME-Impfung bei Erwachsenen:
www.infektionsschutz.de/impfen/fuer-erwachsene/fsme-fruehsommer-meningoenzephalitis/
- Erregersteckbrief FSME (auch in Englisch, Türkisch, Französisch, Russisch und Arabisch erhältlich):
www.infektionsschutz.de/infektionen/erregersteckbriefe/fsme/
- Erregersteckbrief Borreliose (auch in Englisch, Türkisch, Französisch, Russisch und Arabisch erhältlich):
www.infektionsschutz.de/infektionen/erregersteckbriefe/borreliose/
- FSME-Risikogebiete in Deutschland (Stand: 26.02.2026):
https://www.rki.de/DE/Aktuelles/Publikationen/Epidemiologisches-Bulletin/2026/09_26.pdf?__blob=publicationFile&v=7
- FSME-Risikogebiete in Deutschland:
<https://shop.bioeg.de/fsme-risikogebiete-in-deutschland-mit-landkreis-tabelle/>
- Broschüre Zeckenstiche: Schutzmaßnahmen und Empfehlungen
<https://shop.bioeg.de/zeckenstiche-schutzmassnahmen-und-empfehlungen-mehrere-sprachen/>

**Bestellung der kostenlosen Materialien des
Bundesinstituts für Öffentliche Gesundheit unter:**

Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit, 50819 Köln

Online-Bestellsystem: <https://shop.bioeg.de/>

E-Mail: bestellung@bioeg.de



Bundesinstitut für
Öffentliche Gesundheit

Seite 4 von 4

Pressekontakt:

Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIÖG)

Maarweg 149-161, 50825 Köln

Tel. 0221 8992-332

pressestelle@bioeg.de

www.bioeg.de

Instagram: www.instagram.com/bundesinstitut_gesundheit/

LinkedIn: www.linkedin.com/company/bioeg/

Facebook: www.facebook.com/bioeg.de/

Mastodon: social.bund.de/@bioeg

Seit dem 13. Februar 2025 ist die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) das **Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIÖG)**. Das Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit ist eine Fachbehörde im Geschäftsbereich des Bundesministeriums für Gesundheit.