

# Teken en de ziekte van Lyme

## Inhoudsopgave

- Maatregelen
- Checklist
- Toelichting op de maatregelen



Goedgekeurd door Sociale Partners



Getoetst door Nederlandse Arbeidsinspectie

*Geactualiseerd en positief getoetst door de NLA, mei 2025*

Teken zijn kleine spinachtige beestjes die voorkomen in het groen. Vroeger kwamen teken vooral voor in natuurgebieden, maar steeds vaker zijn ze te vinden in parken en tuinen en steeds meer teken (circa 20%) zijn besmet. Dit betekent dat de kans groter wordt dat een hovenier gebeten wordt door een besmette teek.

Als besmette teken mensen bijten, dan kunnen zij de bacterie *Borrelia* overbrengen. Deze bacterie veroorzaakt de ziekte van Lyme. De schadelijke gevolgen voor de gezondheid kan variëren van licht tot ernstig. Aandacht voor preventie en tijdige behandeling is daarom van belang. In uitzonderlijke gevallen kan de teek ook andere ziekten overbrengen, denk hierbij aan tekenencefalitis (TBE/tick-borne encephalitis). Dit stuk gaat specifiek in op het voorkomen van tekenbeten en het risico op de Ziekte van Lyme.



Bron: RIVM. Teken op een duimnagel: van links naar rechts en van boven naar beneden: volwassen vrouwtje, nimf, volwassen mannetje, larve.

## Maatregelen

- ➔ Inventariseer risicogebieden.
- ➔ Geef jaarlijks voorlichting aan de medewerkers over de risico's van de teek en over de laatste stand van zaken.
- ➔ Verstrek beschermende kleding en insectenwerende middelen.
- ➔ Zorg dat medewerkers [tekenbeten melden](#).
- ➔ Registreer tekenbeten van medewerkers op bedrijfsniveau.



## Checklist

- Draag je werkkleding volgens de gemaakte afspraken. [Meer informatie.](#)
- Draag je de (eventueel geïmpregneerde) werkkleding volgens de gemaakte afspraken?
- Smeer bij een hoog risico de onbedekte huid in met een insectenwerend middel. [Zie bijlage 1.](#)
- Let op je gevoel. Veel mensen voelen een teek kruipen of zitten. Verwijder de teek dan direct.
- [Controleer je kleding en lichaam systematisch](#) aan het einde van de dag op teken.
- Heb je een teekverwijderaar bij de hand en weet je hoe je deze moet gebruiken bij een beet?
- Heb je een foto gemaakt van de teek in je lichaam?
  
- Heb je de teek kunnen verwijderen?
- Heb je de datum van de beet genoteerd en geregistreerd?
- Heb je de beet gemeld bij je leidinggevende?
- Houd je de eerste paar maanden de plek van de beet goed in de gaten op een rode kring (Erythema Migrans)?  
(Bijvoorbeeld door het maken van nieuwe foto's)
- Heb je – bij klachten – contact gezocht met je huisarts / bedrijfsarts?  
Eén keer nee? Los dit op of raadpleeg je leidinggevende of opdrachtgever.

## Toelichting op de maatregelen

### Inventariseer risico- gebieden en werkzaamheden

Maak op bedrijfsniveau een risico-inventarisatie en -evaluatie, met een beschrijving van risicogebieden en risicowerkzaamheden en maak hier een plan van aanpak voor. Organisaties maken vaak nog onvoldoende bewuste risico-inventarisaties die betrekking hebben op de kans op een teekbeet en de periode waarin het werk wordt uitgevoerd. Denk hierbij bijvoorbeeld aan:

- de mate van luchtvochtigheid;
- aanwezigheid van kruid- en struiklaag;
- de aanwezigheid van dieren (o.a. muizen, vogels, vossen, reeën, etc.).



Pas (loop) routes en werkzaamheden aan zodat medewerkers de minste kans lopen op besmetting door het vermijden van dichte begroeiing, vochtige gebieden met hoog gras en gebieden met dode bladeren onder bomen en struikgewas. Doe dit bijvoorbeeld door gericht te maaien.

## Voorlichting en instructie

Geef aantoonbaar voorlichting en instructie aan de werknemers over de risico's van de teek. Doe dit jaarlijks bij de start van het tekenseizoen (voorjaar), direct bij de start van een nieuwe medewerker en leg in je bedrijf vast met welke frequentie en in welke vorm (theorie en praktijk) je dit herhaalt.

- Motiveer uw medewerkers om aan het eind van de dag hun kleding en lichaam op teken [systematisch te controleren](#).
- Instrueer medewerkers hoe zij een teek snel en goed kunnen verwijderen. Gebruik het [filmpje](#).
- Gebruik de filmpjes op de website van [weekvandeteek.nl](#)
- Raadpleeg eventueel [de tekentoolkit van RIVM](#)

## Persoonlijke beschermingsmiddelen

- Draag gesloten en huidbedekkende Kleding (lange mouwen en lange pijpen).
- Draag eventueel de sokken op de broekspijpen. Er zijn ook broeken met een dubbele onderpijp waar de sok over de binnenpijp heengaat.
- Verstrek beschermende kleding, zoals shirts met lange mouwen, lange broeken. Kleding is bij voorkeur van een gladde stof en licht van kleur. Gebruik ook bij voorkeur licht gekleurde sokken.
- Verstrek insectenwerende middelen om onbeschermdde huid in te smeren.
- Bij verhoogd risico, verstrek dan kleding die helpt bij het voorkomen van het oplopen van een tekenbeet, namelijk:
- Beschermend kleding volgens NEN-EN 17487 (voorheen NEN8333) of van vergelijkbaar beschermingsniveau;
- Zorg dat iedereen de werkkleding op de juiste wijze draagt. Houd toezicht op het correct dragen van kleding.
- Zorg bij het verstrekken van tekenwerende kleding voor duidelijke richtlijnen over wie wanneer deze kleding moet / kan dragen.
- Geef ook informatie over het wassen en onderhouden van deze kleding. Zie ook een [overzicht van de meest gestelde vragen over kledinggebruik](#).
- Was werkkleding bij voorkeur centraal op het bedrijf (is samenwerking met een professionele wasserij) om de kwaliteit van de kleding te waarborgen.
- Was in ieder geval altijd volgens de richtlijn van de producent van de kleding. Let op: je kunt niet aan het uiterlijk van de kleding zien of deze zijn beschermende werking nog steeds heeft. Vervang tijdig de kleding volgens de voorgeschreven norm van de fabrikant.
- Verstrek, naast de beschermende kleding en tekenverwijderaar, insectenwerende middelen om onbeschermdde huid in te smeren. Let op: lees altijd voor gebruik van de insectenwerende middelen de gebruiksaanwijzing.

## Tekenbeten melden en registreren

Een medewerker moet een tekenbeet voor zichzelf vastleggen/registreren (datum, foto van plek op het lichaam; bij voorkeur direct als de teek er nog in zit. Zorg dat de teek zo snel mogelijk wordt verwijderd). Indien er klachten ontstaan (bijv. een kring/ring om de plek waar gebeten is, griepachtige verschijnselen), meldt de medewerker dit bij de werkgever. De werkgever registreert de tekenbeet/geconstateerde Ziekte van Lyme (door huisarts) in een bedrijfsregistratie en ziet er op toe dat de juiste vervolgstappen worden genomen door de medewerker (contact met de huisarts).

- Gebruik de registratie als input voor de risico-inventarisatie.



- De registratie kan ook gebruikt worden om eventueel eigen beleid aan te passen.

## Wat u verder nog moet weten

- Was werkkleding op het bedrijf. Als dat niet kan, zorg dat teken die in de kleding kunnen zitten niet overgaan op andere (privé)kleding.
- Geadviseerd wordt om de kans op tekenbeten en de Ziekte van Lyme bij werkende zwangeren zoveel mogelijk te voorkomen, door ze werkzaamheden aan te bieden waarbij het risico op het oplopen van een ziekten wordt geminimaliseerd. Zie het [RIVM](#) voor meer informatie.
- Er is geen enkel waterdichtstelsel om teken op het lichaam te voorkomen, dus je moet altijd je lichaam systematisch controleren.

## Meer informatie

- Stigas | Infokaart (in meerdere talen) [Veilig en gezond werken in de buurt van Teken](#)
- Stigas [filmpje ziekte van Lyme](#)
- [Kort filmpje systematische tekencontrole](#)
- [Week van de Teek Controlekaart](#)
- [Preventie van de ziekte van Lyme](#)
- RIVM richtlijn: ['Lymeziekte en arbeid'](#)
- [RIVM: Tekenencefalitis](#)
- VBNE Folder: [Tekenencefalitis](#)
- [Voorlichtingsmateriaal Week van de Teek](#)
- NEN-EN17487 | [Norm beschermende kleding tegen tekenbeten](#)
- NEN 8333 (vervallen, nu NEN-EN17487) | [Veelgestelde vragen over wassen kleding](#)
- [www.weekvandeteek.nl](http://www.weekvandeteek.nl)
- [www.rivm.nl/tekenbeten-en-lyme/teek](http://www.rivm.nl/tekenbeten-en-lyme/teek)
- [www.tekenradar.nl](http://www.tekenradar.nl)
- [www.biomaatschappij.nl/ziekte-van-lyme/](http://www.biomaatschappij.nl/ziekte-van-lyme/)
- [www.rivm.nl/tekenbeten-en-lyme/teek](http://www.rivm.nl/tekenbeten-en-lyme/teek)
- [www.tekenradar.nl](http://www.tekenradar.nl)
- [www.biomaatschappij.nl/ziekte-van-lyme/](http://www.biomaatschappij.nl/ziekte-van-lyme/)

TIP: Download de [RIVM Tekenapp](#) op je telefoon. Met de app kun je snel opzoeken hoe teken eruit zien en hoe je ze snel en goed kunt verwijderen. Ook als je op plekken bent zonder internet verbinding.