

Памятка по профилактике инфекций, передающихся клещами

С установлением теплой и благоприятной погоды начинаются выезды жителей города, на дачные участки, в лес, на природу. Пребывание в природных условиях может омрачиться укусами клещей, чья жизнедеятельность активизируется с наступлением тепла. Заражение человека происходит при присасывании клеща. Местом обитания клещей являются леса смешанного типа с хорошо выраженным подлеском и травостоем, так же клещи обнаруживаются в городских парках, скверах, на территории кладбищ и т.д. В местах своего обитания клещи скапливаются вдоль троп, по обочинам дорог, на лесных вырубках. Они плохо переносят прямые солнечные лучи и сухой воздух. Как правило, их почти не бывает на открытых солнечных полянках с невысокой травяной растительностью, что надо учитывать, выбирая место для отдыха.

Активность клещей проявляется в теплое время года, с повышением температуры от $+3^{\circ}\text{C}$ они активно нападают на человека и животных. Максимальная активность клещей наблюдается при среднедневной температуре от $+10^{\circ}\text{C}$ до $+15^{\circ}\text{C}$. В ожидании прокормителей клещи забираются на стебли трав, стволы деревьев на высоту до 1 м и при первой возможности прицепляются к человеку или животному. Попав на тело человека, клещ проникает под одежду и присасывается чаще всего в области шеи, груди, волосистой части головы, в подмышечных впадинах, иногда в паховой области. Клещ может попасть на человека при заносе животными (собаками, кошками), с цветами, грибами и ягодами, переползти с одежды другого человека, например, в транспорте.

Клещи являются переносчиками таких инфекционных заболеваний, как клещевой энцефалит, боррелиоз, туляремия, эрлихиоз, геморрагические лихорадки.

В целях профилактики укусов и присасывания клещей следует:

- Перед походом в лес, на дачу, в парки, скверы постарайтесь защитить от нападения клеща тело, особенно шею, руки и ноги. Необходимо надевать длинные брюки, рубашку с длинными рукавами, шапочку или платок, капюшон, защищающие область шеи и голову, заправлять штанины в носки и носить закрытую обувь. Манжеты рукавов плотно подгонять к телу, ворот рубашки застегивать. Одежду лучше надевать светлую, на ней легче заметить клещей. Можно также использовать для ношения специальные защитные костюмы;
- Для защиты от клещей необходимо применять специальные отпугивающие средства – репелленты. Ими пропитывают участки костюма, через которые клещи могут проникнуть на тело: нижняя часть брюк, обшлаг рукавов, воротники. Так же можно обрабатывать одежду препаратами, содержащими акарициды (вещества убивающие клещей). Такие препараты защищают от клещей неделю и более. Обработку проводят в строгом соответствии с рекомендациями, указанными на упаковке препарата;
- Место отдыха в лесу выбирать на открытой поляне, хорошо прогреваемой солнцем. Не ходите по тропам под низкими зарослями, по кустам, по высокой траве;
- Каждый человек, находясь в лесу, должен периодически, особенно перед сном (клещи становятся наиболее агрессивными под вечер), осматривать свою одежду, тело с целью выявления клеща;
- Вернувшись из леса или парка, снимите одежду, хорошо просмотрите ее - клещ может находиться в складках и швах. Внимательно осмотрите все тело - клещ может присосаться в любом месте;
- Осматривайте домашних животных после прогулок, не позволяйте им ложиться на постель.

При обнаружении клеща - его необходимо осторожно снять, соблюдая следующие рекомендации:

- захватить клеща пинцетом или обернутыми чистой марлей пальцами как можно ближе к его ротовому аппарату и, держа строго перпендикулярно поверхности укуса, повернуть тело клеща вокруг оси и извлечь его из кожных покровов (обнаруженных клещей нельзя давить руками, так как можно заразиться);
- место укуса продезинфицировать любым пригодным для этих целей средством (70% спирт, 5% йод, одеколон);
- после извлечения клеща необходимо тщательно вымыть руки с мылом.

Для определения видовой принадлежности клеща и его зараженности боррелиями можно обратиться в лабораторию ФБУЗ «Центр гигиены эпидемиологии в Саратовской области» - Вольская, 7 (первый этаж, вход со двора).

Помните: если хоботок клеща оторвется и остается в коже, то необходимо обратиться в травматологический пункт по месту жительства.

Применение репеллентов и акарицидных препаратов при выходе на природу, раннее обращение за медицинской помощью и своевременное лечение способствует предупреждению заболеваний передающихся клещами и благоприятному исходу.