

Профилактика клещевых инфекций.

Основные симптомы клещевого энцефалита и Лайм-боррелиоза - повышение температуры тела, тошнота, рвота, головные боли, боли в мышцах и суставах, общая слабость и недомогание, эритема (пятно) на коже.

В последнее время отмечена миграция клещей из природных очагов в населенные пункты с мелкими грызунами, дикими и домашними животными.

Наиболее активны клещи при температуре воздуха от +18 до +20 °С, в сухую погоду, когда нет дождя и сильного ветра. У них есть два основных пика активности: утренний, примерно с 8 до 11 часов, и вечерний, с 17 до 20 часов. В это время насекомые особенно агрессивны и чаще всего нападают на проходящих мимо людей. Паукообразные чаще всего обитают в местах с густой растительностью и высокой влажностью. Их можно встретить в лесах, на берегах водоёмов, в заросших оврагах и на заброшенных участках земли. Часто они живут на дачных участках — особенно на тех, которые редко убирают. Клещи стерегут людей на верхушках травинок или небольших кустарников, расположенных на высоте около метра от земли. Когда жертва проходит мимо, паразит мгновенно реагирует и цепляется за одежду своими лапками. Затем он начинает медленно перемещаться по телу, двигаясь преимущественно снизу вверх, в поисках наиболее удобных мест для укуса. Размеры клеща в голодном состоянии не превышают в длину 4 мм, имеет плоское тело, 4 пары ног, цвет голодного клеща красный, коричневый или почти черный. Укусы клещей вначале не вызывают боли и некоторое время не заметны, хотя иногда отмечается зуд на месте присасывания.

Меры профилактики клещевых инфекций.

Правильная одежда — первый барьер защиты. При посещении леса или других мест, где могут обитать клещи, важно надевать светлую однотонную одежду, на которой легче заметить тёмного паразита. Защитный костюм должен быть продуманным: воротник плотно прилегает к шее, манжеты рукавов закрывают запястья, верхняя часть одежды заправлена в брюки, брюки заправлены в сапоги или носки с плотной резинкой, волосы заправлены под косынку или шапку, а если есть капюшон, его лучше опустить

Специальные средства в виде аэрозолей (акарицидные, репеллентные или комбинированные) эффективно защищают от клещей, которые можно купить в магазинах и аптеках.

Регулярные осмотры — обязательное правило безопасности. При нахождении в лесу необходимо осматривать свою одежду каждые 15–20 минут. Это поможет обнаружить и удалить клещей до того, как они успеют присосаться к коже.

Для отдыха лучше выбирайте участки без высокой травы и кустарника. Клещи никогда с дерева на голову не падают и на высоту выше метра не поднимаются.

Не приносите из леса цветы, ветки, шишки - с ними вы можете занести в дом клеща. При необходимости оставьте их на некоторое время на солнце – клещи не любят прямых солнечных лучей.

После возвращения домой обязательно нужно: провести тщательный осмотр тела, выстирать одежду при высокой температуре, проверить домашних животных, если они были с вами, принять душ и внимательно осмотреть все участки тела.

Регулярно косите траву, убирайте опавшую листву, не допускайте разрастания кустарников, используйте акарицидные средства для обработки территории, убирайте мусор в специальные контейнеры. Скопление мусора и бытовых отходов привлекает грызунов, с которыми могут мигрировать клещи.

Заболеть клещевым энцефалитом возможно не только после укуса клеща, но и выпив сырое «домашнее» молоко. Перед употреблением козьего молока обязательно прокипятите его! Возбудитель вируса энцефалита сохраняется в молочных продуктах до 2-х месяцев, а погибает при кипячении в течение 2-х минут.

Сделайте прививку от клещевого энцефалита. Прививать можно детей с 3-х лет, и взрослых. Прививаться против клещевого энцефалита необходимо начинать за 1,5 месяца до выезда на неблагополучную территорию. Прививка состоит из 2-х инъекций, минимальный интервал между которыми – 1 месяц. После последней инъекции должно пройти не менее 14 дней до выезда в очаг. За это время вырабатывается иммунитет. Через год необходимо сделать ревакцинацию, которая состоит из 1 инъекции, далее ревакцинацию повторяют каждые 3 года. Консультацию по вакцинопрофилактике может дать врач-педиатр, терапевт.

Что делать, если клещ все же присосался?

Во-первых, его необходимо удалить. Это можно сделать в организации здравоохранения, где также будет назначено профилактическое лечение. **Максимальный профилактический эффект достигается** только в том случае, если экстренная профилактика начата **в первые 72 часа после укуса клеща!**

Клеща можно удалить и самостоятельно одним из способов:

1 способ. Аккуратно захватить пинцетом головку клеща как можно ближе к хоботку, а затем, аккуратно проворачивая против часовой стрелки, «выкрутить» его. Если хоботок остался в ранке, то его нужно удалить стерильной иглой от одноразового шприца, словно занозу.

2 способ. Удалить с помощью хлопчатобумажной нити, завязав вокруг хоботка клеща узелок и также «выкрутить» его против часовой стрелки. Резкие движения недопустимы!

После удаления необходимо обработать место укуса 3-5% спиртовым раствором йода или спиртом. Если йода и спирта нет, то хорошо промойте место укуса водой. Также хорошо вымойте руки с мылом после извлечения клеща. **НЕДОПУСТИМО ИСПОЛЬЗОВАТЬ ЖИРНЫЕ КРЕМЫ И МАСЛА!** Это может привести к тому, что содержимое кишечника клеща может попасть в рану.