

## Как уберечься от укусов клещей: полезные советы



Наступили майские праздники, открывающие на Кубани сезон выездов на природу, загородных прогулок и пикников. А значит, настала пора поговорить об опасности клещей, укусы которых чреватые очень серьёзными



заболеваниями, – такими, как энцефалит и боррелиоз. Коварны эти укусы прежде всего тем, что часто обнаруживаются не сразу, так как сами по себе не вызывают никаких ощущений, все неприятности начинаются позже. Где обитают паразиты? Как от них защититься? Что делать, если вы обнаружили клеща на себе? На эти вопросы отвечает врач-методист краевого Центра общественного здоровья и медицинской профилактики **Александр Горячев**.

– Май на Кубани, действительно, не только время тепла и шашлыков, это ещё и время клещей. Парки, скверы, детские площадки, приусадебные участки – кровососы обитают практически везде. Они активно заселяют любые экосистемы с высокой влажностью и комфортной температурой воздуха. Главная опасность клещей состоит в том, что эти кровососущие насекомые являются переносчиками множества инфекций, причем, как бактериальных, так и вирусных, среди которых наиболее опасными являются геморрагические энцефалит и боррелиоз.

Правда стоит информации Краснодарском крае регистрируется или по-другому –



являются только клещевой боррелиоз болезнь Лайма. **Вакцины от неё не существует, так что на первый план выходит профилактика.**

Отправляясь на природу, следует одеваться так, чтобы легко можно было проводить быстрый осмотр для обнаружения прицепившихся клещей. На светлой одежде, конечно, паразита увидеть легче – он чёрный. Поэтому,

по-возможности, носите сейчас брюки, блузки, юбки, майки и рубашки именно таких расцветок, тем более, что в жару так и нужно одеваться.



Желательно максимально прикрывать тело одеждой, при этом эффективной мерой защиты является её обработка специальными средствами от клещей. Не следует садиться или ложиться на траву.



Если вы решили погулять в лесу или в парке с малышом, который еще не может уверенно самостоятельно ходить или стоять, нужно переносить его на руках или перевозить в колясках. Следует заранее обработать нижние детали коляски специальным акарицидным аэрозольным средством.

Детям старшего возраста нужно объяснить, как вести себя в местах обитания клещей - во время прогулки ходить по дорожкам, стараясь не задевать траву и кусты

Если в доме есть домашние животные, в период активности клещей их надо обрабатывать средствами против эктопаразитов и регулярно осматривать.

И конечно же, внимательно осматривайте себя, когда заходите в помещение, особенно, когда возвращаетесь с дачи, с выезда на природу, прогулки по скверу или парку.

## Как вытащить клеща



### Когда обращаться к врачу



Первое, что необходимо сделать, если вы обнаружили клеща, – извлечь его. Есть два варианта: в лечебном учреждении либо самостоятельно. Лучше, конечно, чтобы это сделали специалисты. Если такой возможности нет, – извлекать клеща придётся самому.

Делать это следует очень осторожно, стараясь не раздавить насекомое, ведь в таком случае опасность заражения возрастает многократно. Можно

воспользоваться медицинским пинцетом, продающимся в аптеках, или же петлей, изготовленной из нитки. Кровососа надо захватить ближе к голове, извлекать медленно, тянуть перпендикулярно коже, делая при этом покачивающие или слегка вращающие (вывинчивающие) движения. Рану обработайте йодом или спиртом. Руки тщательно вымойте с мылом.

Если хоботок клеща обломался и остался в коже, его не нужно выковыривать. Через некоторое время (обычно это занимает несколько дней) он выйдет сам.

После понаблюдайте за своим состоянием. В том случае, если признаки воспаления на месте укуса исчезли в течение пары дней, вероятность развития какой-либо патологии минимальна. Однако, если там остаются краснота и припухлость, и тем более, если они увеличиваются, – немедленно обращайтесь к врачу! Берегите себя!

*ГБУЗ «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики»  
министерства здравоохранения Краснодарского края*