

## Как защититься от укусов клещей?



Ежегодно с наступлением теплого периода и весенней активности клещей возрастает опасность заражения людей инфекционными заболеваниями, передающимися с укусами клещей – клещевой вирусный энцефалит, Лайм боррелиоз, туляремия, другие. Активность клещей начинается в конце апреля и заканчивается с наступлением морозов. Пик активности приходится на май-июнь, но укусы клещей возможны с апреля по октябрь. Клещи обитают в лесах, парках, на дачных участках. Ошибочно то мнение, что клещи нападают с деревьев или высоких кустов, поскольку они подстерегают своих хозяев среди растительности нижнего яруса леса. Клещ цепляется за проходящую мимо жертву и до нескольких часов ищет место

для укуса. Не забывайте о том, что клещи ползут снизу вверх.

**Для того чтобы предостеречь себя от укусов клещей, необходимо помнить несколько основных правил:**

- собираясь в лес, надо одеться так, чтобы обеспечить быстрый осмотр для обнаружения клещей: носить светлую однотонную одежду, брюки заправлять в гольфы или носки с плотной резинкой, верхнюю часть заправлять в брюки, манжеты рукавов, ворот рубашки должны плотно прилегать к телу, голову повязать платком или надеть плотноприлегающую шапку, волосы должны быть заправлены;
- проводить само- и взаимоосмотры каждые 10-15 минут;
- не садиться и не ложиться на траву;
- стоянки и ночевки в лесу предпочтительно устраивать на участках, лишенных травяной растительности;
- перед ночевкой или после возвращения из леса снять одежду и тщательно осмотреть тело и одежду;
- не заносить в помещение свежесорванные травы, ветки, цветы, на которых могут находиться клещи;
- использовать средства индивидуальной защиты от клещей – репелленты (их можно приобрести в аптеках и специализированных магазинах);
- осматривать после прогулок собак и других домашних животных, чтобы удалить с них прицепившихся и присосавшихся клещей;
- при частом посещении мест обитания клещей желательно сделать прививку от клещевого энцефалита. Вакцина защищает минимум 3 года.
- лицам, не привитым против клещевого энцефалита, в случае присасывания клеща следует обращаться в кабинеты экстренной профилактики клещевого вирусного энцефалита для введения иммуноглобулина

**Помните, заболевание легче предупредить, чем лечить!**

Филиал ФБУЗ «Центр  
гигиены и эпидемиологии в  
Кемеровской области»  
в городе Киселевске, городе  
Прокопьевске и  
Прокопьевском районе

