Автор: Алла Макеенко, медсестра отделения профилактики

Наибольшее количество клещей концентрируется по обочинам лесных дорог, на звериных тропах, лесных вырубках. Наиболее часто клещи присасываются к человеку на спину, шею, волосистую часть головы, подмышечные и паховые области. Поражение человека может произойти не только при посещении леса, но и путем заноса клещей с цветами, одеждой человека, побывавшего в лесу, от домашних животных.

Одевайтесь так, чтобы свести к минимуму заползание клещей под одежду. Лучше, чтобы одежда была однотонной, т.к. на ней клещи более заметны.

Постоянно проводите само- и взаимоосмотры для обнаружения прицепившихся клещей. Поверхностные осмотры надо проводить каждые 10-15 минут. Не забывайте, что обычно клещи присасываются не сразу!

Нельзя садиться или ложиться на траву: в этом случае следует особенно часто и тщательно проводить осмотры одежды.

Для места стоянки, ночевки в лесу предпочтительны сухие сосновые леса с песчаной почвой или участки, лишенные травянистой растительности.

Рекомендуется использование средств, отпугивающих клещей, - репеллентов.

После возвращения из леса следует провести полный осмотр тела и одежды.

При обнаружении впившегося клеща лучше всего обратиться за помощью в лечебное

учреждение. Присосавшихся к телу клещей можно удалять пинцетом, медленно раскачивая его из стороны в сторону, стараясь не оторвать погруженный в кожу хоботок. Можно использовать прочную нитку: узел нитки завязывают у самого хоботка и, растягивая концы нитки в стороны, подтягивают кверху. Ранку нужно продезинфицировать раствором йода. Уничтожать снятых клещей, раздавливая их пальцами, ни в коем случае нельзя: через ссадины и микротрещины на поверхности рук можно занести опасную инфекцию.

Присосавшегося клеща поместите в плотно закрытый флакон для дальнейшего исследования на наличие возбудителей клещевого боррелиоза. Такие исследования проводятся в областном центре гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья на платной основе.