

## **Не цепляйся, клещ!**

Много радости приносит нам лес, но вот некоторые его обитатели могут нанести человеку вред. Среди них особое место занимают клещи. Эти насекомые переносят вирус клещевого энцефалита, клещевого боррелиоза (болезни Лайма) и ряд других серьезных заболеваний. Наибольшее количество клещей концентрируется по обочинам лесных дорог и на звериных тропах. При приближении какого-либо животного или человека клещ нападает и добирается до открытых участков кожи, удобных для присасывания. Слюна клещей содержит обезболивающее вещество, поэтому укус его безболезнен и длительное время незаметен. Вместе со слюной зараженные кровососущие клещи вносят в кровь человека и животного вирус, вызывающий то или иное заболевание.



**Находясь в лесной зоне, необходимо соблюдать правила поведения, которые помогут избежать присасывания этих переносчиков опасных заболеваний.**

**1.** Собираясь в лес, необходимо одеться таким образом, чтобы свести к минимуму возможность заползания клещей под одежду. Брюки должны быть заправлены в сапоги или носки с плотной резинкой. Верхняя часть одежды (рубашка, куртка) должна быть заправлена в брюки, а манжеты рукавов - плотно прилегать к руке. На голове предпочтительнее шлем-капюшон, плотно пришитый к рубашке. Волосы должны быть заправлены под косынку. Лучше, чтобы одежда была однотонной, так как на ней клещи более заметны.

**2.** Рекомендуется использование средств, отпугивающих клещей, – репеллентов.

**3.** Нужно постоянно проводить само- и взаимоосмотры для обнаружения прицепившихся клещей.

**4.** 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. А также прочной ниткой: узел нитки завязывают у самого хоботка и, растягивая концы нитки в стороны, подтягивают кверху. Ранку продезинфицировать раствором йода. В случае отрывания хоботка необходимо обратиться за помощью к хирургу.

В течение трех недель после присасывания клеща рекомендуется особенно тщательно следить за состоянием здоровья. При любом нарушении состояния здоровья, недомогании, головной боли, повышении температуры необходимо немедленно обратиться к медицинскому работнику.



**Соблюдение перечисленных мер предохраняет от заболеваний, передаваемых клещами.**

*По материалам ГУ «Гомельский областной центр гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья».*

*Ответственный за выпуск: Н.И. Войтешонок*