

## Памятка для населения "Как защититься от укусов клещей?"



Лучшая защита от укуса клещей - неспецифическая профилактика (правильная одежда, репелленты и борьба с клещами на садовых участках и пр.).

Необходимо соблюдать меры индивидуальной профилактики при посещении лесных массивов:

- Избегайте посещения мест обитания клещей (лесные массивы с высокой травой, кустарником), особенно, в мае - июле. В походах следует держаться троп, но не

ходить по тропам под низкими зарослями, по кустам, по высокой траве.

- При посещении мест, в которых могут быть клещи, лучше одеть закрытую обувь (сапоги, ботинки, кроссовки).

- Перед походом в лес постарайтесь защитить от нападения клеща тело, особенно шею, руки, ноги. Волосы следует прятать под головной убор. Чтобы клещей было легче заметить, необходимо предпочтительно надевать светлую одежду, максимально защищающую кожные покровы от контакта с клещом. Застегните рукава, брюки заправьте в носки или в обувь. Брюки лучше всего одеть длинные, с затяжками на штанинах, либо можно заправить штанины в носки, чтобы клещ не мог заползти под брюки. Куртка должна быть с затяжками на рукавах. Есть специальные костюмы, сделанные из плотной ткани и снабженные затяжками, которые достаточно надежно защищают от клещей (особенно при правильном использовании репеллентов).

- В аптеках, в хозяйственных и больших магазинах, на автозаправочных станциях обычно можно приобрести различные репелленты, отпугивающие насекомых (комаров, мошек, слепней) и клещей. Их наносят на кожу и смывают после посещения леса. Время защиты, способ применения и противопоказания указаны на упаковке.

Для защиты от клещей, одежду обрабатывают препаратами, содержащими акарициды (вещества, убивающие клещей). Такие препараты защищают от клещей неделю и более. После контакта с одеждой, обработанной антиклещевым препаратом, клещ погибает в течение нескольких минут. Обычно такие препараты нельзя наносить на кожу. Используйте противоклещевые репелленты согласно инструкции по их применению.

- В лесу каждые два часа осматривайте себя и детей, особенно участки самой тонкой кожи, куда предпочитает присасываться клещ. Клещ долго ищет место для укуса, поэтому регулярно осматривайте одежду и тело. Проводите само- и взаимоосмотры кожных покровов. Размеры не напитавшегося кровью клеща 1- 3 мм, напитавшегося – до 1 см.

- Вернувшись из леса или парка, снимите одежду, хорошо просмотрите ее - клещ может находиться в складках и швах. Внимательно осмотрите все тело. Клещ может присосаться в любом месте. Душ смоев не присосавшихся клещей.

- Поскольку личиночные формы клещей очень мелки, их можно не заметить на одежде. Во избежание их присасывания одежду рекомендуется простирать в горячей воде.

- Осматривайте домашних животных после прогулок, не позволяйте им ложиться на постель. Клещей домой могут принести собаки, кошки и любые другие животные. Помните: обнаруженных клещей нельзя давить руками, так как можно заразиться.

- При обнаружении присосавшегося клеща, его следует немедленно удалить.

Обратиться для удаления клеща и проведения экстренной профилактики необходимо:

*Для жителей Сыктывкара:*

1. Травмотологический пункт ГУ "Республиканская детская больница по адресу: ул. Пушкина 116/6. Прием проводится круглосуточно, обслуживаются дети до 18 лет.
2. Отделение по оказанию экстренной и плановой амбулаторно-поликлинической травматологической помощи населению ГБУЗ РК "Сыктывкарская городская больница № 1" по адресу: ул. Гаражная, 4. Прием проводится круглосуточно, обслуживаются граждане старше 18 лет.
3. ГБУЗ РК "Городская больница Эжвинского района г. Сыктывкара" по адресу: ул. Мира 27/3. Прием проводится круглосуточно, обслуживаются граждане старше 18 лет.

В будние дни за медицинской помощью можно обратиться в поликлиники по месту жительства.

Жители Республики Коми могут получить специализированную помощь по месту жительства в ЦРБ, РБ, ФАПе круглосуточно.

За укушенными устанавливается наблюдение в течение 21 дня с ежедневной термометрией и проведением необходимых мер профилактики и лечения. Полный курс плановой профилактической вакцинации против клещевого энцефалита состоит из 3-х инъекций препарата; при этом первые 2 прививки проводятся с интервалом 14 - 30 суток; третья - через 3 месяца после второй, не позднее чем за 2 суток до выезда (выхода) в очаг инфекции. В связи с этим проведение плановых профилактических прививок против клещевого энцефалита целесообразно начинать в ноябре-декабре с тем, чтобы третья прививка могла быть сделана до начала эпидсезона (в марте-апреле). Перед вакцинацией необходимо пройти осмотр у терапевта, и получить направление в прививочный кабинет. Такую прививку необходимо производить один раз в три года.

Подробно о мерах защиты от клещевого энцефалита и боррелиоза также можно узнать в видеоролике на сайте ГБУЗ РК «Коми республиканская инфекционная больница» в разделе «Видео» по адресу <http://ribkomi.ru/index/0-86>

**Ответственное выполнение приведенных рекомендаций поможет Вам предохранить себя от тяжелого заболевания, каким является клещевой энцефалит!**

