

ПАМЯТКА ДЛЯ НАСЕЛЕНИЯ

ПРОФИЛАКТИКА ИНФЕКЦИЙ, ПЕРЕДАЮЩИХСЯ КЛЕЩАМИ

Во избежание нападения клещей, отправляясь в лес или на природу, **необходимо одеться таким образом, чтобы предотвратить их заползание под одежду и облегчить быстрый осмотр для обнаружения прицепившихся клещей**. Одежда должна плотно облегать тело и быть с длинными рукавами на манжетах, в качестве застёжек лучше использовать молнии, а не пуговицы. Лучше, чтобы одежда была однотонной и светлой, так как на ней клещи более заметны. В природе клещи преимущественно находятся на травяной растительности, прицепляясь к одежде, ползут вверх. Поэтому в целях профилактики **необходимо постоянно (желательно через каждые 30 мин) проводить само- и взаимоосмотры для обнаружения прицепившихся клещей**.

После прогулки также **обязателен тщательный осмотр одежды и тела**. Помните, что клещи редко присасываются на открытых частях тела человека. Они заползают под одежду и достаточно долго (в среднем 30 минут) выбирают место для присасывания. На теле человека клещи чаще всего прикрепляются к коже в области волосистой части затылка, шеи, подмышек, паха, пупка, под лопатками и по ходу позвоночника, где одежда менее плотно прилегает к поверхности тела.

При посещении леса, парка или мест отдыха на природе **не нужно садиться или ложиться на траву**, т.к. клещ может прицепиться к верхней части одежды или к голове и заметить его будет трудно.

При выборе места отдыха, стоянки или ночевки в лесу **предпочтительны сухие сосновые леса с песчаной почвой или участки, лишённые травяной растительности**, где клещи встречаются крайне редко. Перед ночевкой следует тщательно осмотреть одежду, тело, волосы.

Обращаем внимание, что клещи могут присасываться не только в условиях открытой природы. **Оставшиеся на одежде, вещах, вынесенных из леса, они могут переползти на человека и через несколько дней после выхода из леса**. Кроме того, клещи могут быть занесены в помещение с букетом цветов, ветками, свежим сеном, дровам или животными, например собакой или кошкой.

Для индивидуальной защиты населения от нападения иксодовых клещей целесообразно использовать **средства в аэрозольной упаковке с акарицидными (убивающими) и репеллентными (отпугивающими) свойствами** в соответствии с инструкцией по применению или указаниями на этикетке.

Если Вы пострадали от нападения клещей, для исключения возможного заражения и в целях ранней диагностики клещевых инфекций, **важно незамедлительно обратиться в травматологический пункт или в лечебное учреждение по месту жительства** для удаления клеща, медицинского наблюдения и, при необходимости, назначения специфической профилактики.

Помните! При обнаружении впившегося клеща, нужно немедленно его вытащить. Лучше это сделать в условиях медицинского учреждения. Но если это невозможно сделать в короткие сроки, существует несколько способов удаления клеща:

- зацепить головку клеща петлёй прочной нитки и путём последовательных медленных потягиваний нитки то вправо, то влево, извлечь его;

- пинцетом с широкими концами захватить хоботок клеща у самого основания и осторожно вытягивать его, поворачивая тело клеща в одну сторону (например, по часовой стрелке), стараясь не оторвать погруженную в кожу центральную часть хоботка.

После удаления клеща ранку нужно продезинфицировать раствором йода или спиртом.

Ни в коем случае нельзя раздавливать клеща, чтобы не занести в ранку на Вашем теле возбудителей инфекционных болезней, которые могут находиться в организме клеща.

Важно помнить, что чем дольше находится на теле клещ во время кровососания, тем больше возрастает риск заражения.

На месте присасывания клеща может появиться **кольцевидная или сплошная эритема (покраснение кожи)**, которая является диагностическим признаком болезни Лайма (иксодового клещевого боррелиоза). В дальнейшем эритема может исчезнуть, а позже - появиться в другом месте. Из клинических признаков также могут проявиться легкое недомогание, повышение температура тела до 37-38° С. При отсутствии лечения - заболевание прогрессирует с поражением нервной системы (вплоть до менингита), суставов, сердца.

Клещи после их удаления должны исследоваться на наличие в них возбудителей клещевых инфекций. Положительный результат исследования клеща (выявление наличия в них возбудителя) является показанием к проведению экстренной антибиотикопрофилактики. Проведение профилактического лечения (антибиотико профилактики) в ранние сроки (до 5 суток от момента присасывания клеща) позволяет максимально предупредить развитие заболевания. Если Вы удалили клеща не в медицинском учреждении, то его необходимо поместить в емкость с плотно закрывающейся крышкой (например, стеклянный пузырек) и влажной ваткой (для обеспечения повышенной влажности), затем доставить в лабораторию для исследования. **Если клещ не исследовался – необходимо обратиться к участковому врачу для обследования на клещевые инфекции через 1 и через 3 месяца после укуса клеща** (обследование проводится бесплатно в рамках обязательного медицинского страхования).

Если в течение месяца после присасывания клеща Вы почувствовали изменения в самочувствии, отметили повышение температуры тела или увеличивающееся красное пятно на месте присасывания, то необходимо срочно обратиться к врачу.

Территория Липецкой области является эндемичной по таким клещевым инфекциям, как иксодовый клещевой боррелиоз (ИКБ или болезнь Лайма), гранулоцитарный анаплазмоз человека (ГАЧ), моноцитарный эрлихиоз человека (МЭЧ). В 2014 г. в области наблюдалось обострение эпидемиологической ситуации по иксодовому клещевому боррелиозу (ИКБ). За 2014 г. выявлено 115 случаев ИКБ, что в 1,6 раза выше уровня 2013 г., 23% среди заболевших составили дети до 14 лет. Об увеличении активности природных очагов клещевых инфекций свидетельствует обращаемость населения с присасыванием клещей в ЛПО области (обратилось более 2400 человек) и инфицированность клещей в природе по данным энтомологического мониторинга 2014 г. (инфицированность возбудителями ИКБ составила - 45%, в 2013 г. – 15,5%; ГАЧ – 3%, в 2013 г. – 2%; МЭЧ - 2%, в 2013 г. – 4,5%.

ПОМНИТЕ, чем точнее Вы будете выполнять правила профилактики иксодового клещевого боррелиоза (болезни Лайма) и других клещевых инфекций,

тем меньше вероятность заболеть этими болезнями! Не каждый клещ заражен возбудителями, но разумный человек не станет рисковать здоровьем и жизнью, играя в «клещевую русскую рулетку», ведь клещ может быть зараженным!

КАК ПРАВИЛЬНО ВЫБИРАТЬ И ПРИМЕНЯТЬ АКАРИЦИДНЫЕ И РЕПЕЛЛЕНТНЫЕ СРЕДСТВА

Для защиты от нападения клещей рекомендуется применять акарицидные и акарицидно-репеллентные средства, которые наносятся на одежду строго в соответствии с инструкцией по применению. В настоящее время отсутствуют средства защиты от присасывания клещей с нанесением непосредственно на кожу из-за их токсичности. Поэтому необходимо сочетать механическую форму защиты (одежду с манжетами, молниями и т.д.) с химической (применение акарицидных или акарицидно-репеллентных средств). Обработку одежды химическими средствами предпочтительно проводить «опоясывающими» полосами.

Репеллентные средства для защиты от клещей должны содержать не менее 25 - 30% диэтилтолуамида (ДЭТА); правильное их применение обеспечивает эффективность около 95%; средства можно наносить на кожу (открытые части тела) или на кожу и на одежду (по инструкции). Длительность отпугивающего действия репеллентных средств, нанесенных на одежду, значительно больше, чем на коже людей: обычно это несколько суток против нескольких часов.

Акарицидные средства – воздействуя на клещей, вызывают у них паралич конечностей. Клещ, прицепившись к одежде, обработанной акарицидным средством, примерно через 3 минуты будет не способен присосаться к телу и через 5 минут – упадет с одежды. В такой одежде можно смело ходить по лесу, только нельзя ложиться и садиться на траву, так как клещи, минуя обработанную одежду, могут сразу попасть на тело и присосаться. Правильное применение акарицидного средства обеспечивает эффективность до 100%.

Акарицидно-репеллентные средства (отпугивающие и убивающие) одновременно содержат акарицид и репеллент, этими средствами обрабатывают верхнюю одежду, эффективность около 100%.

При выборе акарицидного и репеллентного средства необходимо знать:

- Каждое акарицидное и репеллентное средство должно иметь свидетельство о государственной регистрации, номер которого должен быть указан на этикетке, или его можно спросить у продавца.
- Вся информация о назначении средства, способе применения и мерах предосторожности при применении, изготовителе и др. изложена в этикетке на средство, разработанной в ходе его государственной регистрации.
- Длительность защитного эффекта в каждой конкретной ситуации зависит от многих факторов: от защитных свойств самого средства (обусловлены действующим веществом и его количеством), от индивидуальных особенностей и физической нагрузки людей при применении (активности), агрессивности насекомых, погодных условий и т.п. В этикетках указывают только относительные защитные свойства средства: "средство защищает при нанесении на кожу более 4 часов", "средство защищает при нанесении на кожу до 2 часов", при нанесении на одежду защитный эффект может длиться более 20 суток.

Прим. При разработке памятки использовалась статья ФБУН НИИД Роспотребнадзора «Таежный и лесной клещи и правила поведения людей при посещении территории, опасной в отношении клещей – переносчиков возбудителей заболеваний», авторы Н.И. Шашина, О.М. Германт