



# Вестник здорового образа жизни

Информационный бюллетень отдела общественного здоровья

## Стоп, клещ! Сезон активен: что нужно знать?

**С**езонная активность клещей нарастает. Риск встретиться с переносчиком Лайм-боррелиоза и клещевого энцефалита высок, поэтому напоминаем главные правила защиты.

Многие думают, что клещи прыгают с деревьев. Это миф! Они поджидают жертву в высокой траве (до 1 метра) и на низких кустарниках вдоль тропинок. Клещи любят затененные участки с густым слоем прошлогодней листвы под старыми дубами и заросли кустарника у береговых склонов. Даже в центре города, в высокой декоративной траве или на неухоженных газонах, можно «поймать» незваного гостя.

**Вакцинация – главный щит.** Прививка остается самым надежным методом профилактики клещевого энцефалита. В нашей стране доступны препараты для взрослых и детей. Однако важно помнить: прививка не защищает от бактериальных инфекций, переносимых клещами. Пренебрегать базовыми мерами самозащиты нельзя.

### Как защититься?

- ◆ Используйте репелленты с пометкой «от клещей».
- ◆ Выбирайте светлую одежду (на ней клеща видно сразу).
- ◆ При посещении леса заправляйте брюки в носки, надевайте капюшон, косынку или шапку.
- ◆ Каждые 30-60 минут прогулки осматривайте себя и детей.
- ◆ После прогулок с животными, осматривайте их.
- ◆ Частные подворья содержите в должном благоустроенном состоянии: расчищайте, скашивайте своевременно траву, растительность и проводите дератизационные мероприятия, чтобы снизить количество грызунов- переносчиков клещей.

### Что делать, если клещ всё-таки укусил?

1. Не паникуйте и не лейте масло! Масло блокирует дыхание паразита, из-за чего тот выбрасывает в кровь слюну с возбудителями опасных инфекций.

2. Удалите клеща как можно скорее. Используйте специальный выкручиватель (продается в аптеках), обычный пинцет или петлю из прочной нити. Захватите клеща максимально близко к коже и плавным выкручивающим движением извлеките его.

3. Обработайте место укуса спиртом, йодом или перекисью водорода.

4. Главное правило – 72 часа! Чтобы максимально снизить риск заражения Лайм-боррелиозом, необходимо принять профилактическую дозу антибиотика в первые трое суток после укуса. Препарат и дозировку должен назначить только врач! Поэтому **сразу после удаления клеща нужно обратиться в медицинское учреждение.**

### Куда обращаться в Гродно?

• Взрослым: в травмпункт УЗ «ГКБСМП г. Гродно» (ул. Советских пограничников, 115) – работает круглосуточно.

• Детям: в приемный покой детской областной больницы.

• Или к своему участковому терапевту/инфекционисту в поликлинику по месту жительства.

### Нужно ли сдавать клеща на анализ?

Рекомендуется начать профилактический прием лекарственных препаратов, не дожидаясь результатов анализа клеща (который может делаться несколько дней). Анализ клеща в Гродно можно сделать платно в Гродненском областном ЦГЭОЗ (пр. Космонавтов, 58), Гродненской областной инфекционной клинической больнице (БЛК, 57).

Пусть ваши прогулки приносят только пользу и радость! Берегите себя и будьте здоровы!

