

## **Правила поведения в природе в весенне-летний период во время активизации иксодового клеща**

Укус иксодового клеща может привести к заражению клещевым энцефалитом - болезни, поражающей нервную систему, - или менее тяжкому, но более распространённому заболеванию – клещевому боррелиозу, болезни, поражающей мышечные ткани. Наиболее любимые места обитания иксодовых клещей – места, где много лиственных насаждений.

Самыми опасными месяцами являются май – июнь, когда активизируются голодные после зимней спячки клещи.

### **КАК ЖЕ УБЕРЕЧЬСЯ ОТ ВОЗМОЖНОГО УКУСА ИКСОДОВОГО КЛЕЩА?**

1. Без серьёзной необходимости не посещайте леса смешанного типа в мае – июне.
2. При нахождении в лесу, как бы ни было жарко, необходимо носить закрытую одежду, плотно прилегающую к телу и хорошо заправленную, чтобы затруднить заползание клеща.
3. Хорошо опрыскивать одежду и открытые части тела специальными репеллентами, продающимися в **аптеках** и парфюмерных отделах магазинов.
4. Периодически, каждые 10-15 минут, следует проводить само - и взаимно-осмотры для обнаружения прицепившихся клещей (клещи присасываются не сразу, и 10-15 минут вполне хватает, чтобы обнаружить и снять еще не присосавшегося клеща).
5. Если же клещ уже присосался, следует покрыть клеща каким-нибудь жиром, **вазелином**, маслом (дыхательные поры, расположенные на брюшке, перестанут пропускать воздух, и минут через 40 клещ отпадёт).
6. Снятых с одежды и тела клещей надо обязательно сжигать.
7. При укусе клещом надо немедленно прервать прогулку и обратиться в ближайший медпункт для проведения профилактических мероприятий.

### **ПОМНИТЕ!**

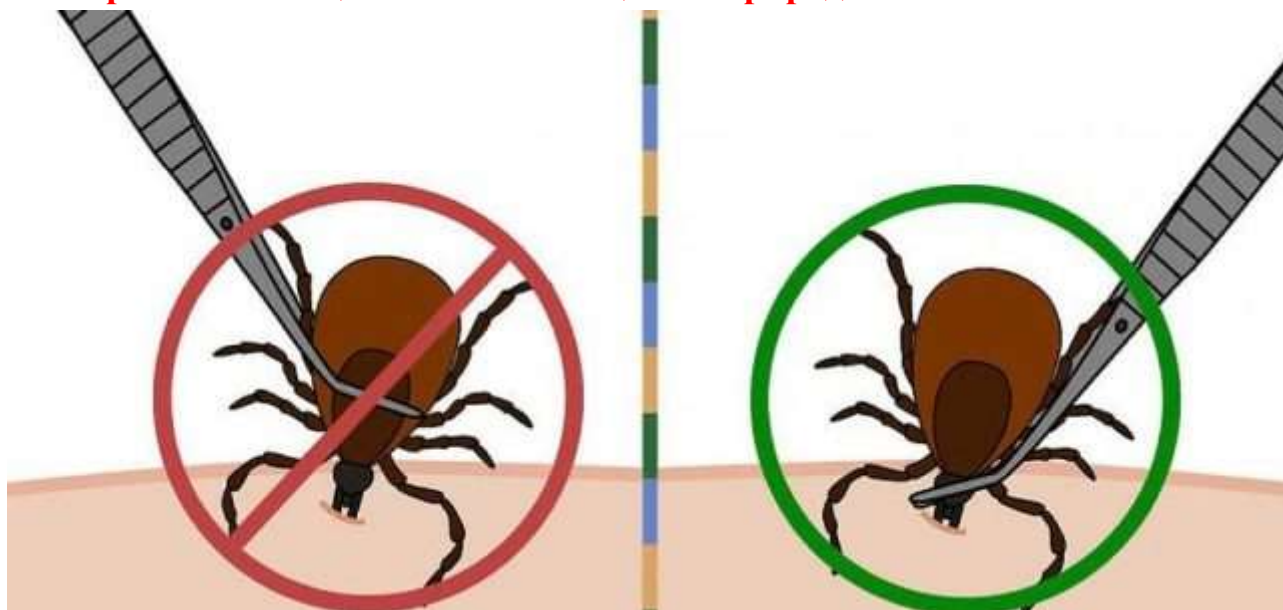
1. Если клещ присосался, его ни в коем случае нельзя вытаскивать из кожи. Соединение головогрудки клеща с брюшком весьма хрупкое и при попытке вытащить клеща оно разрывается.
2. Ни в коем случае нельзя сбрасывать клещей на землю и раздавливать ногой, а тем более рукой, так как **вирус** заражённого клеща разбрызгивается с его внутрисполостной жидкостью и может попасть в организм человека через поры кожи и слизистую оболочку глаз, носа, рта.



### **Когда клещи активны**

Первые пострадавшие от клещей могут появиться, когда почва прогреется до + 7 °С. Это может быть уже в конце апреля — начале мая. Количество случаев укусов клещами возрастает после обильных дождей в теплые дни мая-июня. Затем активность насекомых уменьшается и вновь увеличивается уже в конце августа — начале сентября. После снижения температуры в верхнем слое почвы до + 5°С клещи впадают в спячку. Без еды без вреда для себя они могут находиться до нескольких лет.

### **Как правильно защититься от клещей на природе**



#### **Как правильно достать клеща пинцетом**

Планируя в летнее время поездку в лес, на озеро, в деревню, собираясь на прогулку в лесопарковую зону, следует убедиться, что приняты все меры для защиты от клещей. В первую очередь необходимо взять с собой

отпугивающие средства и приспособления для удаления клеща. Это могут быть обыкновенные щипчики.

### **Безопасная одежда**



### **Правильная одежда в лес**

Как защититься от клещей на природе. Главным защитным фактором для людей будет их одежда. Покрой одежды должен быть таким, чтобы не было слишком открытых частей тела. Сорочки и платья должны иметь длинные рукава, узкие или с застегивающимися манжетами. Воротники должны быть прямостоячими, облегающими. В комплект одежды должны входить длинные брюки с резинкой по нижней кромке штанин. Обязательно наличие головного убора, прикрывающего область шеи, закрытой обуви, толстых носков.

# ЗАЩИТИ СЕБЯ ПРИ ПОХОДЕ В ЛЕС



Правила: как одеться на природу

## Простые народные средства

Одежду и тело человека перед поездкой обрабатывают защитными препаратами, которые могут уничтожить или отпугнуть клещей. Важным элементом таких средств есть запах от веществ, входящих в их состав. Практически все народные средства от клещей делаются на основе спирта или уксуса с добавлением либо березового дегтя, либо ванилина, либо каких-то эфирных масел и резко пахнущих растений. Готовятся жидкие составы, которые затем при помощи распылителей наносятся на тело и одежду.



Эфирные масла и уксус отпугивают насекомых

#### **Спрей чесночный от клещей**

Спрей чесночный готовят из 100 грамм спиртосодержащей жидкости и 5-7 зубчиков очищенного чеснока. Чеснок натирают на терке или измельчают блендером. Кашицу соединяют с водкой или спиртом. Составу дают настояться в течение 12 часов. Смесь процеживают, тщательно фильтруют. Наносят на одежду пульверизатором.

#### **Водка с ванилином от клещей**

Подобное средство получают при смешивании ванильного порошка с водкой. На 150 г жидкости берут 3 г ванилина. Смесь выдерживают в холодном темном месте в течение недели. Это средство можно наносить не только на одежду, но и на открытые участки тела. Перед применением необходимо убедиться, что у людей, которые планируют его использовать, нет аллергии на запах ванили.

#### **Эфирные масла, отпугивающие клещей**

К готовым гелям по уходу за телом можно добавить эфирные масла, запах которых отпугивает клещей. К таким эфирным маслам относятся гераневое, мятное, эвкалиптовое, лавандовое. В состав средства может входить 50 г геля алоэ вера, по 10 капель гераневого и лавандового масла, 150 г растительного масла. Смесь хорошо взбалтывают и используют для нанесения на кожу лица, рук и других участков тела.



Масла в составе любого крема легко втереть в кожу ребенка  
Аромат бальзама «Звездочка» всегда отличался яркостью и силой. Несколько капель бальзама добавляют в 10 мл жидкого мыла, смешивают с 50 мл яблочного уксуса и 200 мл холодной кипяченной воды. Все компоненты тщательно перемешивают и используют для нанесения на тело. На одежду можно наносить состав на основе одеколona с запахом гвоздики и нескольких капель аптечной настойки валерианового корня.



### **Препараты от клещей**

Готовые промышленные средства от клещей по способу действия подразделяют на 3 вида: те, которые просто отпугивают насекомых — репелленты, те, что их убивают — акарициды, и те, которые их отпугивают и полностью парализуют клещей — универсальные. Все они используются только для нанесения на одежду. Перед поездкой в места, где могут присутствовать клещи, необходимо проверить действие запахов этих средств на человека и убедиться в отсутствии их индивидуальной непереносимости. Пользуются популярностью аэрозоли от клещей «Пикник BIO Active», «Пикник Extreme», «Тайга», «ОФФ Экстрим». Длительно защищает от клещей, мошек и комаров лосьон UltraThon с аппликатором. Его наносят на кожу. Это средство разработано в США.

### **Как защитить себя от клещей на природе в лесу**

При выборе одежды для лесных прогулок необходимо выбирать противомоскитную и противоэнцефалитную одежду. Производители костюма «Биостоп» гарантируют 100% защиту от нападения клещей, костюм «Таежный» не сковывает движения, но в тоже время очень плотно облегает фигуру, костюм «Телохранитель» можно носить круглый год, так как имеет сетчатую структуру и может согревать тело человека. Противомоскитная сетка на голову станет дополнительным средством защиты человека от укусов клещей.

|   |  |   |
|---|--|---|
| <p>Детский костюм<br/>БИОСТОП®<br/>для дошкольной<br/>возрастной группы<br/>ХБ ПЭ-3</p> | <p>Детский костюм<br/>БИОСТОП®<br/>для младшей<br/>школьной группы<br/>ХБ ПЭ-7</p> | <p>Детский костюм<br/>БИОСТОП®<br/>для старшей<br/>школьной группы<br/>ХБ ПЭ-12</p> |
|---|--|---|



### **Как защитить детей от клещей**

Детям необходимо не только одеть плотно облегающую светлую одежду и головной убор с покрытием из скользкой ткани, но и проводить частые осмотры открытых участков тела. Для обработки детской одежды используют препарат «Дефи-Тайга», средство «Бибидета» используют для нанесения на кожу. Тестовую обработку детской кожи необходимо провести за несколько дней до планируемого похода в лес. В лесу необходимо следить за поведением ребенка, не позволять ему срывать цветущие растения, ходить среди травы, садиться или ложиться на открытые участки земли.





*Читайте также статью: «Как укрепить иммунитет у ребенка»*

**Что делать, если укусил клещ**



Инфекционисты советуют после того, как клещ будет обнаружен, не поддаваться панике, и как можно скорее удалить его. Вероятность заражения инфекцией, переносимой клещем, невелика, если клещ находился в теле менее суток. Если прошло от 2-х до 3-х суток, то вероятность заболеть увеличивается. Нельзя заливать тельце клеща бензином или маслом. Нельзя

сдавливать или прокалывать клеща, чтобы не допустить появления наружу биологических жидкостей, в которых могут находиться инфекции и паразиты.



### **Оказание первой помощи при укусе клеща**

Как защититься от клещей на природе. Удаляют клеща пинцетом, при этом человек, который будет этим заниматься, на руки должен одеть перчатки (желательно!). Насекомое захватывают как можно ближе к месту его проникновения в кожу и вертикальными покачивающимися движениями вытаскивают. После удаления клеща останется ранка, которую необходимо обработать антисептиком. Также дезинфицируют область тела вокруг места укуса. Лицо, занимавшееся операцией, должно помыть и обеззаразить инструмент, которым удалялся клещ и свои руки.



**ГлавВрач**  
главные по здоровью

## ВНИМАНИЕ! КЛЕЩИ!

### КАК ИЗВЛЕЧЬ КЛЕЩА: ВНАЧАЛЕ ОБРАБОТАЙТЕ РУКИ СПИРТОМ ИЛИ ХЛОРГЕКСИДИНОМ



#### Способ 1

Обработайте аккуратно спиртом или хлоргексидином место укуса вместе с клещом. Обмотайте пальцы марлей или бинтом. Поместите указательный палец на клеща (но не надавливайте на него, чтобы не раздавить!) и выкачивайте его круговыми движениями по часовой стрелке.



#### Способ 2

Продезинфицируйте место укуса, руки и пинцет. Поместите пинцет (он должен быть с тонкими и плоскими концами) так, чтобы он не сдавливал тело клеща, а захватывал область возле головы. Плавными круговыми движениями по часовой стрелке извлекайте его.



#### Способ 3

Возьмите тонкую нитку (около 30 см). Сделайте петлю и наложите ее на клеща. Затяните узел и начинайте извлекать кровопийцу плавными круговыми движениями в одну сторону нитью вдоль кожи, не дергая вверх — так есть риск оставить в ранке голову клеща.



#### Способ 4

Если есть инструмент для извлечения клещей (похожие на авторучку устройство с выдвижной петлей вместо стержня), то кнопкой выдвиньте петлю, захватите ею клеща над местом укуса и зажмите. Выкручивайте клеща плавными круговыми движениями в одну сторону.



**ЕСЛИ ВЫ НЕ МОЖЕТЕ ИЗВЛЕЧЬ КЛЕЩА САМОСТОЯТЕЛЬНО — ИДИТЕ В БЛИЖАЙШИЙ ТРАВПУНКТ, ГДЕ ВАМ ОКАЖУТ ПОМОЩЬ.**

После этого необходимо обратиться в медицинское учреждение, где пострадавшему делают уколы антибиотиками для профилактики болезни Лайма. Для этого должно быть назначение врача.