

# Как защититься от клещей и что делать при укусе

С приходом теплой погоды многие стараются чаще выбираться на природу – пикники, активный отдых, прогулки. Однако приятное времяпрепровождение может омрачить встреча с клещами – от укуса не застрахован никто.

## Как защититься от клещей

### Правила перед походом на природу

Во избежание укуса клеща перед походом на природу следует соблюдать несколько правил:

- закрыть все части тела, особенно ноги и руки;
- надеть головной убор;
- выбрать одежду светлых тонов – на ней легче обнаружить паразита;
- обработать открытые участки кожи спреем от клещей;
- будучи на природе, осматривать себя и близких каждые полчаса.

### Какая одежда сможет защитить от укуса клеща

Выходя в лес, парк или на любую территорию, где встречаются клещи, необходимо одеться таким образом, чтобы предотвратить заползание клещей под одежду и облегчить быстрый осмотр в случае подозрения, что эти маленькие враги уже заинтересовались вами.

Вот несколько рекомендаций:

- Брюки должны быть заправлены в сапоги, гольфы или носки с плотной резинкой.
- Верхняя часть одежды (рубашка, куртка) должна быть заправлена в брюки, а манжеты рукавов плотно прилегать к руке.
- Ворот рубашки и брюки не должны иметь застёжки или должны иметь застёжку "молнию", через которую клещ не может заползти под одежду.

- На голову лучше надеть капюшон, плотно пришитый к куртке. В крайнем случае волосы следует спрятать под косынку.
- Лучше, чтобы одежда была однотонной и светлой, так как на ней клещи более заметны.

Помните, что клещи находятся на травяной растительности, редко на высоте более 70-80 см, но они всегда ползут вверх. Обычно клещи прицепляются к одежде на уровне голени, бедра. Клеща почувствовать трудно – обычно ощущается, когда клещ с ворота рубашки переползает на шею или лицо.

### **Средства от клещей**

Среди наиболее распространенных средств от клещей выделяют:

- **репелленты** – их использование уменьшает вероятность укусов клещей. Средство можно распылять не только на одежду, но и на кожу, в частности на зону подмышек, живота, шеи и запястий – места, которые чаще всего выбирают клещи для укуса;
- **акарицидные средства** – наиболее действенные. Одно обрызгивание таким спреем дает эффект на две недели. Однако акарицидные средства вредны для кожи, поэтому обрабатывать необходимо только одежду и надевать ее, когда средство высохло;
- **инсектицидно-репеллентные средства** – самые удобные и надежные. Их можно распылять и на кожу, и на одежду.

### **Средства от клещей для животных**

В ветеринарных аптеках продается большое количество препаратов для профилактики от клещей:

- ошейник, пропитанный специальным составом;
- капли для обработки шерсти;
- таблетки.

Кроме того, после каждой прогулки необходимо вычесывать животное, осматривать лапы, морду, живот, подмышечные впадины, чтобы оперативно удалить клеща. Главное – не выходить на прогулку, пока животное не обработано средством, защищающим его от клещей. Начинать защиту питомца нужно ранней весной и заканчивать поздней осенью.

## Что делать, если вас или ваше животное уже укусил клещ

### Симптомы укуса клеща у людей:

- покраснение и отек в месте укуса;
- сыпь по телу;
- скованность шеи;
- лихорадка, головная боль;
- тошнота;
- слабость;
- мышечная или суставная боль или болезненность;
- озноб;
- увеличение лимфатических узлов.

### Правильные действия при укусе клеща

После укуса клещ находится на коже от получаса до двух часов, **поэтому необходимо сразу же обратиться в больницу**. Если медучреждения не оказалось рядом, следует самостоятельно удалить клеща, соблюдая все правила:

- рекомендуется надеть перчатки;
- не следует перекручивать и дергать тельце, иначе часть клеща останется внутри;
- нельзя смазывать паразита растительным маслом или бензином – он может глубже уйти под кожу.

Существует несколько способов избавления от клеща:

- с помощью обычного пинцета с острым концом. В данном случае необходимо обхватить тельце и потянуть вверх. После удаления следует продезинфицировать место укуса медицинским спиртом или промыть мыльной водой;
- с помощью нити – необходимо смочить нить дезинфицирующим средством, сделать петлю в виде лассо и аккуратно затянуть у

хоботка паразита. После этого следует плавно потянуть вверх, не перекручивая;

- с помощью специального выкручивателя. Инструмент необходимо продезинфицировать и подвести под тельце клеща таким образом, чтобы оно оказалось между двумя зубцами. После этого нужно вынуть паразита вместе с хоботком выкручивающими движениями.

После удаления клеща следует обрабатывать рану спиртом или йодом до полного заживления.

После снятия клеща необходимо отвезти в медицинскую лабораторию для исследования. Если паразит был извлечен самостоятельно, его необходимо поместить в небольшую банку вместе со смоченным кусочком марли или ваты и отнести в поликлинику по месту жительства. Важно, чтобы клещ был живым – только так можно провести исследование, чтобы определить, является ли он переносчиком заболеваний.

Обычно все анализы проводят в санэпидемстанции или специальных центрах эпидемиологии, адреса которых можно точно узнать у скорой помощи. При этом сдавать кровь на клещевые инфекции необходимо не раньше, чем через 10 дней после укуса, иначе анализ будет неточным.