

## Защита от клещей

### Содержание

1. [Коротко о том, кто такие клещи и какие бывают](#)
2. [Почему клещи так опасны](#)
3. [Как защититься от клещей](#)
4. [Что делать, если клещ укусил](#)

Об опасности клещей слышали, наверное, все — они являются переносчиками серьезных заболеваний. Чаще всего тема обсуждается в мае и первой половине лета, когда они наиболее активны, однако столкнуться с ними можно в течение всего теплого времени года — с апреля, когда теплеет и прогревается почва, и до конца сентября-октября, когда начинаются заморозки. Чем опасны укусы клеща и как себя обезопасить, расскажем в статье.



### Коротко о том, кто такие клещи и какие бывают

Существует около 800 видов этих насекомых — среди них и пылевые, провоцирующие аллергические реакции, и чесоточные, являющиеся возбудителем чесотки, и множество других. Когда говорят об опасности прогулок по лесу или лугу, имеются в виду иксодовые клещи — это кровососущие насекомые, маленькие и почти незаметные. Присасываясь к человеку или животному, они прокусывают кожу и как будто ввинчиваются под нее головкой — при этом округлое тело остается сверху и, наполняясь кровью, заметно увеличивается в размерах. Чаще всего обнаруживают их именно тогда, поскольку сам укус практически безболезненный — а удалить паразита довольно сложно из-за своеобразного строения «челюстей».



### **Почему клещи так опасны**

Однако главная опасность не в самих укусах — клещи являются переносчиками опасных заболеваний. Конечно, не все — по данным статистики, боррелиями, вызывающими болезнь Лайма, заражено менее 1,5 % насекомых, более известный клещевой энцефалит переносят в зависимости от региона 10-60 %. Причем, даже если укусил клещ, содержащий возбудителя, это не значит, что человек обязательно заболеет. Однако эти заболевания действительно опасны для человека и приводят к серьезным последствиям — поэтому при обнаружении на себе или своих близких насекомого необходимо принять соответствующие меры для диагностики и лечения.

Также необходимо позаботиться о профилактике — особенно если вы проживаете или собираетесь ехать в регион, где случаи заражения встречаются относительно часто. Такие данные публикует Роспотребнадзор — однако можно сказать, что больший или меньший риск есть практически везде. Клещи любят влажность и тень — с ними можно столкнуться в таких местах, как луг в низменности, берег реки, овраг, трава в густом лесу. Поэтому перед подобной прогулкой следует себя максимально обезопасить.



### **Как защититься от клещей**

Первое правило — правильная одежда. То есть такая, чтобы насекомому было сложно добраться до открытого участка тела и укусить. Поэтому рекомендуется надевать в лес длинные брюки, рубашки и куртки с длинными рукавами с манжетами на резинке, которые плотно обхватывают запястье или щиколотки. Лучше заправить рубашку в брюки и даже низ брючин в носки — это вопрос не стиля и красоты, а безопасности. Желательно выбирать светлую одежду, на которой насекомое будет заметно. Обувь должна быть закрытая и достаточно тесно прилегающая, чтобы насекомое не могло попасть внутрь. На голову следует надеть кепку, бандану, шляпу с полями. Некоторые производители одежды для походов и охоты предлагают модели с «ловушками» для клещей — складками, из которых упавшие с деревьев насекомые не смогут выбраться и добраться до кожи.

Второй шаг — обработка одежды и открытых участков тела репеллентами, отпугивающими клещей и других кровососущих, чаще всего в виде спрея или аэрозоля. Есть средства, которые предназначены только для обработки тканей, другие можно наносить на кожу, причем даже беременным и маленьким детям. Также отличается и срок действия — внимательно прочитайте инструкцию, чтобы использовать репеллент правильно и безопасно для себя и близких.

Во время прогулки постарайтесь избегать мест, наиболее привлекательных для клещей — низин, высокой травы и т. д. Примерно раз в 1-2 часа осматривайте себя и спутников, чтобы успеть удалить насекомое до того, как оно вопьется. Также тщательный осмотр необходим после возвращения домой — особенно зоны паха, подмышек, шеи и волосяной части головы, где кожа тонкая, и щиколоток и голени, куда клещу легче забраться с травы.

В регионах с повышенной опасностью клещевого энцефалита также проводят вакцинацию от него. Делается она в два этапа — для желаемой эффективности важно пройти оба и выполнять рекомендации.



### **Что делать, если клещ укусил**

Если вы обнаружили насекомое на себе или ребенке, не следует паниковать. Нужно аккуратно и правильно удалить клеща, обработать место укуса и в течение нескольких недель внимательнее наблюдать за своим здоровьем. Риск, что вы заразитесь энцефалитом, довольно небольшой — и чем быстрее вы удалите насекомое, тем он меньше. Но важно делать это правильно.



Для этого нужно пинцетом или специальным приспособлением аккуратно захватить за головку и качающими или вращающими движениями вытянуть наружу. При этом необходимо, чтобы в коже не осталось никаких частей паразита. Если вы не можете сделать это самостоятельно или вам не удалось удалить клеща полностью, обратитесь в травмпункт или другое медицинское учреждение — и как можно скорее, чтобы минимизировать риск инфицирования.

После удаления насекомого место укуса нужно вымыть теплой водой с мылом и обработать антисептическим средством: спиртом, йодом, хлоргексидином или другим.

Часто можно слышать рекомендацию сдать клеща на анализ. Однако на практике это нецелесообразно — для этого насекомое должно оставаться живым, и даже наличие инфекции не означает, что укус приведет к заболеванию. Поэтому это необязательно. Но следует внимательно относиться к собственному самочувствию и незамедлительно обратиться к врачу при следующих симптомах:

- повышенная температура, головная боль, головокружение;
- ломота в суставах и мышцах;
- тошнота, рвота;
- болезненность, отечность, покраснение или сыпь вокруг места укуса, нагноение.

Такая симптоматика может говорить об обычной простуде, ОРВИ или проблемах с пищеварением — однако лучше убедиться в этом. А если будет выявлен энцефалит или другая инфекция, полученная при укусе клеща, это позволит своевременно начать соответствующее лечение.



Надеемся, эта статья оказалась для вас полезна. Чтобы избежать проблем из-за активности клещей, одевайтесь правильно, используйте репелленты, избегайте влажных мест с высокой травой. Если насекомое все же присосалось, удалите его сами или обратитесь за помощью к медикам. Будьте внимательны к своему здоровью — это поможет его сохранить.