

# ПАМ'ЯТКА

## Обережно кліщі!

З настанням весняного тепла на Харківщині активізувалися кліщі. Зустріти їх можна не лише в лісі, парку чи сквері, а й на міських газонах.

Небезпека кліщів у тому, що вони можуть переносити збудників небезпечних захворювань людини і тварин, зокрема кліщового енцефаліту, бореліозу (*хвороба Лайма*), які потрапляють в організм людини під час укусу (присмокування) кліща. Кліщ вибирає місця для присмокування з ніжною, тоненькою шкірою (під пахвами, у паху, біля вуха, на волосяній частині голови). Чим довше кліщ перебуває на тілі людини, тим вищий ризик захворіти.

### Як уберегтися від кліщів

Часто кліщів не помічають, оскільки під час укусу вони виділяють анестетичну речовину, що знеболіє укус. Тому важливо зробити все, аби не дати їм укусити себе.

Для цього варто дотримуватися таких правил:

1. Утримайтеся від прогулянок лісом. **Пам'ятайте передусім про мінну небезпеку.**
2. **Подбайте про відповідне вбрання.** Обирайте закрите взуття й одяг: найбільш безпечним буде одяг із довгими рукавами, світлого кольору; штанини бажано заправити в шкарпетки. Голову слід покривати головним убором, закривати шию.
3. На прогулянці тримайтеся ближче до центру стежки й не заходьте у траву обабіч.
4. Оберіть і застосуйте репеленти – засоби, що відлякують комах.
5. Кожні дві години оглядайте себе та своїх близьких.
6. Більш ретельний огляд під яскравим освітленням слід провести й після повернення додому. Почніть огляд знизу, від ступень, і поступово підіймайтеся вгору до волосся та шкіри голови.
7. Прийміть душ.
8. Одяг, який ви носили на прогулянці, ретельно почистьте та виперіть. Те саме зробіть із речами, якими ви користувалися, наприклад, ковдрами; просте витрушування не допоможе позбутися кліща.

Кліщ може триматися на тілі людини або тварини до 12 діб. Дорослих кліщів, що присмокталися, найчастіше помічають через 2–3 дні: на місці укусу з'являються припухлість, свербіж, почервоніння, а сам кліщ збільшується в розмірах.

### Що робити, коли кліщ уже присмоктався

1. Передусім, НЕ заливайте кліща спиртом, олією та іншими речовинами. Його потрібно якомога швидше витягнути.
2. Для цього ви можете звернутись у травмпункт. Проте, якщо поблизу немає лікаря, зробіть це самостійно. Для цього можна використовувати спеціальний пінцет, що продається в аптеках чи відділах зоотоварів («кліщосмик») або зробити це пальцями, обгорнутими марлевою серветкою, або пінцетом чи петлею з нитки. Аккуратно розхитати кліща з боку в бік, а тоді повільно викрутити його разом із хоботком обертальними рухами (крутити можна в будь-який зручний для вас бік). Витягайте кліща поволі — без ривків!
3. Після видалення кліща місце укусу потрібно обробити антисептичним засобом (розчином йоду, спиртом), а руки вимити з милом.
4. Якщо кліщ пробув на тілі понад 36 годин, обов'язково зверніться до медиків, щоби здійснити постконтактну профілактику хвороби Лайма. Для цього знадобиться антибіотик, який призначає лише лікар.
5. Спостерігайте за своїм станом протягом двох тижнів після укусу: **якщо у вас підвищиться температура чи з'являться почервоніння на шкірі негайно зверніться до лікаря.**