**ПАМЯТКА**

**Предупреждение укусов клещей. Меры профилактики.**

Врачи советуют защищать себя одеждой с длинными рукавами, заправлять брюки в носки, обязательно надевать головной убор и использовать репелленты, которые следует наносить на одежду и на открытые участки тела.

Обычно, личинки и нимфы питаются на мелких животных, но, иногда, могут нападать и на людей. Взрослые клещи питаются кровью, нападают как на крупных животных, так и на людей. Самка клеща откладывает яйца только после того, как напьется крови. Она способна выпить объем крови, который  более чем в 100 раз превышает ее вес. Поэтому самка находится на теле жертвы дольше самца. На теле клещ может находиться несколько суток. После того как клещ напился крови, он достает хоботок из тела и отваливается. Отложив яйца, самка клеща погибает.

Клещи не прыгают и не летают. Для того, чтобы клещ попал на тело, надо пройти в непосредственной близости от него. Своих жертв клещи поджидают сидя на земле или траве, выставив передние лапы, на которых находятся специальные органы чувств, реагирующие на тепло и запах. Когда мимо проходит потенциальная жертва, клещ вцепляется в нее передними лапами.

Попав на тело, клещ кусает не сразу. До присасывания клеща может пройти несколько часов. Если клещ будет вовремя замечен, то укуса можно избежать.

Выбрав место укуса, клещ прокусывает кожу хелицерами и вставляет в ранку гипостом (специальный вырост глотки похожий на гарпун). Гипостом покрыт хитиновыми зубчиками, которые удерживают клеща. Поэтому клеща сложно вытащить.

Мало кто способен ощутить момент укуса клеща, поскольку клещ хорошо обезболивает место укуса. Со слюной клещ вводит различные вещества препятствующие сворачиванию крови, усиливающие кровоток.

**Чем грозит укус клеща?**

Активность клещей начинается в конце апреля и заканчивается с наступлением морозов. Пик активности приходится на май-июнь, но укусы клещей возможны с апреля по октябрь. Когда почва прогревается до 5-7 градусов, первые пострадавшие от укусов начинают обращаться за помощью.  Иксодовые клещи переносят болезни человека и животных: геморрагическую лихорадку, клещевой энцефалит, боррелиоз, эрлихиоз и многие другие.

Безусловно, лучший способ профилактики этих инфекций - защита от укусов клещей.

Следует помнить, что клещи обитают не только в лесах, но и в парках, и на садовых участках.  Могут быть клещи и в городах: на газонах, в траве вдоль обочин дорог. Клещи сидят на земле, на траве или на не высоких кустах. Клещи могут быть занесены домой животными; на ветках, на дачных или лесных цветочных букетах, вениках или траве; на одежде, в которой Вы гуляли в лесу. Дома клещ может укусить любого члена семьи, причем даже несколько суток спустя.

**Укусил клещ: что делать?**

Что делать, если укусил клещ?  Вы вернулись из лесу и обнаружили на теле впившегося клеща. Что делать? Паниковать не нужно - вовремя принятые правильные меры помогут предотвратить возможные негативные последствия.

1. Человеку, пострадавшему от укуса клеща, необходимо обратиться за медицинской помощью в лечебное учреждение в травмпункт для удаления клеща и доставки его на исследование, а также для организации медицинского наблюдения, с целью своевременной постановки диагноза клещевой инфекции и решения вопроса о назначении профилактического лечения.

**При удалении клеща не надо:**

- прикладывать к месту укуса едкие жидкости (нашатырный спирт, бензин, и др.).

- прижигать клеща сигаретой.

- резко дергать клеща - он оборвется

- ковырять в ранке грязной иголкой

- прикладывать к месту укуса различные компрессы

- давить клеща пальцами

**Профилактика**

Лучший способ профилактики клещевых инфекций - защита от укусов клещей.

Защита от клещей:

- Репелленты.

- Борьба с клещами на садовых участках.

Рекомендации по защите от укусов клещей. Меры индивидуальной профилактики, при посещении лесных массивов.

- При посещении мест, в которых могут быть клещи, лучше одеть закрытую обувь (сапоги, ботинки, кроссовки)

- Перед походом в лес постарайтесь защитить от нападения клеща тело, особенно шею, руки, ноги. Носите одежду, максимально защищающую кожные покровы от контакта с клещом. Застегните рукава, брюки заправьте в носки или в обувь. Брюки лучше всего одеть длинные, с затяжками на штанинах, либо можно заправить штанины в носки, чтобы клещ не мог заползти под брюки. Куртка должна быть с затяжками на рукавах. Есть специальные костюмы, сделанные из плотной ткани и снабженные затяжками, которые достаточно надежно защищают от клещей (особенно при правильном использовании репеллентов).

- В аптеках, в хозяйственных и больших магазинах, на автозаправчоных станциях обычно можно приобрести различные репелленты, отпугивающие насекомых (комаров, мошек, слепней) и клещей. Их наносят их на кожу и смывают после посещения леса. Время защиты, способ применения и противопоказания указаны на упаковке.

Для защиты от клещей, одежду обрабатывают препаратами, содержащими акарициды (вещества убивающие клещей). Такие препараты защищают от клещей неделю и более. После контакта с одеждой, обработанной антиклещевым препаратом, клещ погибает в течение нескольких минут. Обычно, такие препараты нельзя наносить на кожу.

Используйте противоклещевые репелленты согласно инструкции по их применению.

- В лесу каждые два часа осматривайте себя и детей, особенно участки самой тонкой кожи, куда предпочитает присасываться клещ. Клещ долго ищет место для укуса, поэтому регулярно осматривайте одежду и тело. На одежде светлых тонов увидеть клеща легче. Проводите само- и взаимоосмотры кожных покровов. Размеры не напитавшегося кровью клеща 1- 3 мм, напитавшегося – до 1 см.

- Не ходите по тропам под низкими зарослями, по кустам, по высокой траве.

- Вернувшись из леса или парка, снимите одежду, хорошо просмотрите ее - клещ может находиться в складках и швах. Внимательно осмотрите все тело - клещ может присосаться в любом месте. Душ смоет не присосавшихся клещей.

- Осматривайте домашних животных после прогулок, не позволяйте им ложится на постель. Клещей домой могут принести собаки, кошки и любые другие животные.

Помните: обнаруженных клещей нельзя давить руками, так как можно заразиться.

Чтобы снизить численность клещей на садово-огородном участке, проводите своевременную очистку территории участка и прилегающей территории – уберите валежник и сухостой, вырубите ненужные кустарники, скосите траву. Очень полезно высевание растительных антогонистов, таких, как чабрец и шалфей.