

## Приближается сезон активности клещей!



На территории Республики Беларусь приближается сезон активности иксодовых клещей.

В последние годы по энтомологическим наблюдениям отмечается ранняя активизация этих членистоногих, которая определяется климатическими изменениями. Обычно клещи начинают проявлять активность, как только сходит снег, а столбик термометра показывает примерно  $+5^{\circ}\text{C}$ . Даже в теплые зимние дни, во время оттепели, клещи могут пробуждаться и отправляться на поиски пищи. Таким образом, нужно сохранять бдительность и не исключать возможности укуса клеща в течение всего года.

Клещи являются переносчиками возбудителей ряда инфекционных заболеваний человека. Чтобы избежать неприятностей, будучи на природе не забывайте соблюдать правила поведения и безопасности:

- Одевайтесь так, чтобы максимально прикрыть открытые участки тела и уменьшить возможность заползания клещей под одежду. Если вы правильно оделись, клещ останется где-то на одежде, и вы его обнаружите ещё до укуса.
- Предпочтительна одежда светлых тонов – на ней клеща легче заметить.
- Повысить эффективность защитной одежды можно с помощью средств - репеллентов, отпугивающих насекомых и клещей. Главное, придерживаться инструкции – некоторые средства нельзя наносить на кожу; есть те, которые не подходят для детей, беременных и кормящих женщин.
- Остерегайтесь высокой травы и кустарника, держитесь середины тропы.
- Чаще осматривайте себя и попутчиков, чтобы своевременно обнаружить и снять с себя опасного кровососа.
- Важно придавать значение не только лесной, но и полевой одежде.
- В лесу для отдыха выбирайте сухие открытые поляны, хорошо прогреваемые солнцем, с песчаной почвой или участки со скудной травянистой растительностью.
- По возвращении домой обязательно ещё раз внимательно осмотрите себя! Укус клеща не вызывает боли и «противника» довольно трудно заметить на своем теле в первые несколько суток от присасывания, если не искать специально.
- Обследуйте снятую одежду, домашних животных и вещи, принесенные из леса.

- Для того чтобы обезопасить свой дачный участок от клещей, необходимо регулярно по мере отрастания скашивать траву, собирать опавшую листву, расчищать прилегающую территорию от сухостоя и валежника, следить, чтобы на участке не поселялись грызуны, тщательно убирать пищевые отходы, не допускать захламливания на территории.

Если предотвратить присасывание клеща не удалось, его следует удалить как можно скорее. Сделать это можно в медицинском учреждении или самостоятельно. После самостоятельного удаления клеща необходимо обратиться к врачу-инфекционисту (терапевту) по месту жительства для назначения экстренной профилактики возможных заболеваний, проводить которую целесообразно в первые 72 часа после присасывания клеща.

Выполняя указанные выше правила можно защитить себя и своих близких от нападения клещей, избежать заболеваний, которые они переносят.

Подготовила: Мамчуровская А.Н. – энтомолог противозидемического отделения санитарно-эпидемиологического отдела ГУ «Центр гигиены и эпидемиологии Фрунзенского района г. Минска»