

Uwaga, kleszcze!

Praca i życie na wsi narażają człowieka na zwiększony kontakt z kleszczami które, choć niewielkie, są nosicielami boreliozy i odkleszczowych chorób zakaźnych. Kleszcze występują nie tylko w lasach, ale spotkać możemy je niemal wszędzie: na łąkach, nad rzekami i jeziorami, w zaroślach a nawet na trawnikach w miastach i we wsiach. Szczególnie na kontakt z tymi pajęczakami narażeni są mieszkańcy Warmii, Mazur, Podlasia i Opolszczyzny.

Aktywność kleszczy występuje między majem a październikiem.

Aby zmniejszyć ryzyko ukąszenia przez kleszcza:

- Szczelnie okrywaj ciało (koszula z długimi rękawami, spodnie z długimi nogawkami, kryte buty, wysokie skarpety, nakrycie głowy).
- Nie siadaj bezpośrednio na trawie.
- Unikaj spacerów w wysokiej trawie, zaroślach.
- Stosuj środki odstrasżające kleszcze, zawsze zgodnie z instrukcją producenta (repelenty w postaci: sprayów, żeli, kremów, plastrów i opasek).
- Uważnie sprawdzaj ciało swoje i swoich dzieci po powrocie do domu (szczególnie uważnie trzeba obejrzeć miejsca najchętniej wybierane przez kleszcze- m.in. zgięcia łokci, kolan, pod pachami, w pachwinach, za uszami).



Mam kleszcza! Na pomoc!

Jeśli mimo stosowania odpowiedniej odzieży i środków odstrasżających znajdziemy kleszcza wbitego w skórę, należy go prawidłowo i szybko usunąć:

- Jeśli kleszcz wbił się w trudno dostępnym miejscu, poproś o pomoc drugą osobę
- Uchwycić kleszcza pęsetą lub specjalnym przyrządem do usuwania kleszczy
- Złap kleszcza tuż przy skórze, możliwie najbliżej główki
- Pociągnij lekko, ale zdecydowanie i prostopadle do skóry, wyciągając kleszcza
- Dokładnie obejrzyj wyciągniętego pasożyta, sprawdzając, czy nie został rozerwany
- Zgnieć kleszcza, wyrzuć go i dokładnie umyj ręce
- Przemyj miejsce po ukąszeniu środkiem dezynfekującym (np. spirytusem), a następnie przez kilka dni obserwuj, czy nie pojawiają się niepokojące objawy (opuchlizna, rumień)

Pamiętaj! Jeśli podejrzewasz u siebie ugryzienie przez kleszcza, zaobserwowałeś np. rumień wędrujący, koniecznie zgłoś się do lekarza!