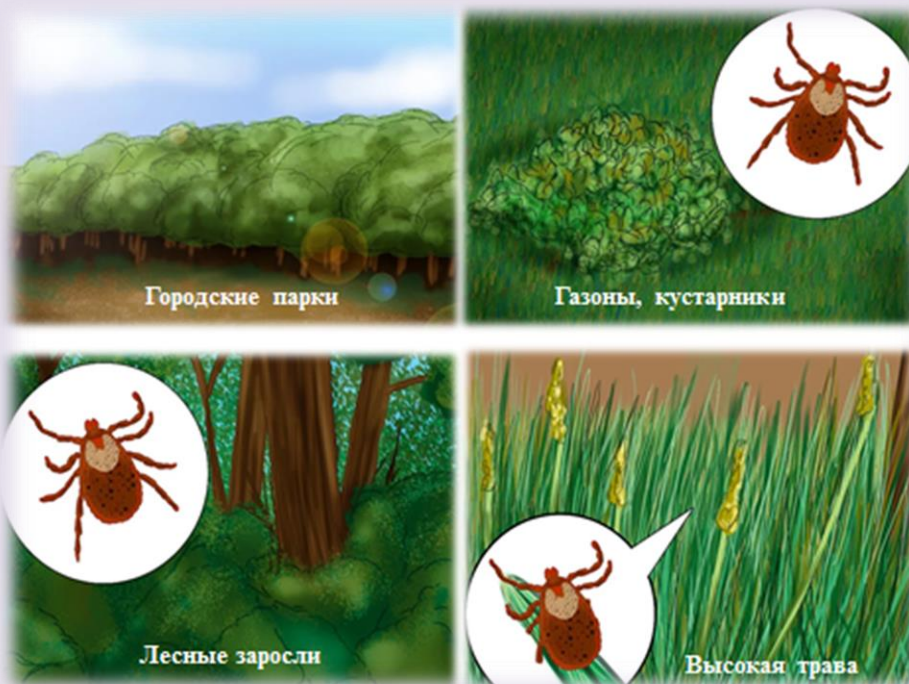


---

# Как предотвратить укус клеща

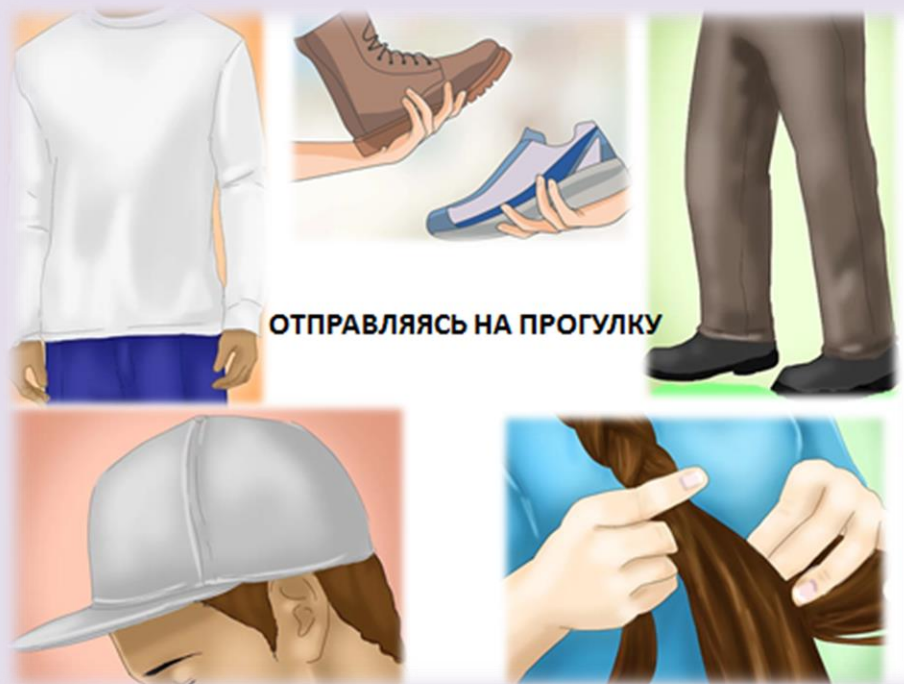
---

Избегайте прогулок в местах излюбленного обитания клещей



Отправляясь на прогулку в городской парк или на лесную прогулку, рекомендуем:

- надевать облегающую одежду светлых тонов максимально закрывающую руки и ноги
- обувь полностью закрывающую ступни
- головной убор или капюшон с убранными под него волосами
- длинные волосы собрать в гладкую прическу
- рукава, брюки и носки должны плотно прилегать к телу



– нанести средство, отпугивающее клещей на одежду и обувь, не наносить средство на кожу.



– Если Вы недостаточно защищены одеждой, передвигайтесь только по широким тропинкам, избегая высокой травы.



## Осмотр

Клещ не впивается в кожу сразу, как комар. 20-30 минут он ползет по одежде по направлению вверх, выбирая место для присасывания. У Вас есть это время, когда можно заметить и смахнуть с одежды или тела клеща еще до момента присасывания.

– Само и взаимноосмотр каждые 20 минут во время прогулки (осматривайте одежду, тело и волосы), по возвращении домой, осмотрите себя, полностью сняв одежду. Не забывайте про места естественных складок (пупок, за ушами, пах, подмышки) и волосистую часть головы.



## Не садитесь и не ложитесь на траву

Детей раннего возраста удобно посадить на светлую простынку чтобы легко увидеть темного клеща.



На дачном участке не допускайте неконтролируемого роста травы, захламления.



На дачном участке косите траву, не допускайте появления «зарослей»

**Не приносите в дом букеты, собранные в лесу.**

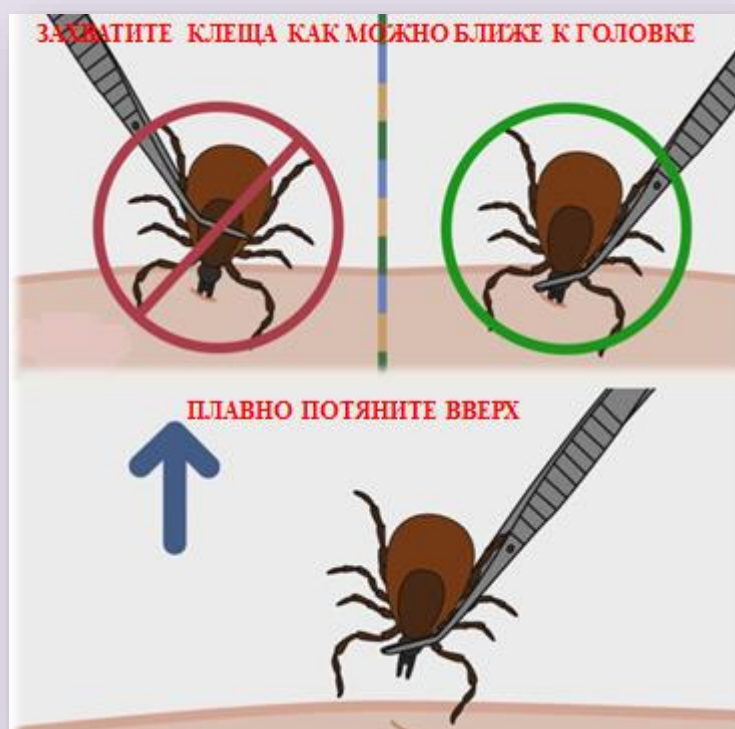
**После лесной прогулки.**

Внимательно осмотрите себя, и всех, кто был в лесу, примите душ, постирайте вещи в горячей воде.



**В случае обнаружения присосавшегося клеща**

Извлеките клеща как можно скорее (чем дольше клещ в коже, тем выше риск



заражения)

После извлечения клеща, место укуса клеща обработайте любым антисептиком. Иногда после извлечения клеща в коже остается головка (она выглядит как черная точка), это не опасно, не повышает вероятности заражения, но, ее надо удалить как занозу.

Вытащенного клеща (или его фрагменты) нужно поместить в чистую баночку, или герметично закрывающийся полиэтиленовый пакет, туда положить ватку, смоченную водой (чтобы он не высох) и отвезти в лабораторию для диагностики (клещ хранится в холодильнике около 2 суток). По телефонам 03 или 112 Вам подскажут, где ближайший пункт проверки клещей. Если клещ заражен – Вам перезвонят.

Адреса лабораторий для проведения исследования клещей и информационные памятки для населения о правилах индивидуальной защиты при посещении лесных массивов размещены на сайтах территориальных Управлений Роспотребнадзора.

**Своевременная вакцинация - гарантированная защита от вирусного энцефалита, передающегося через укус клеща.**



## Новость

Эпидемическая обстановка по клещевым инфекциям на территории Российской Федерации к середине июня остаётся беспокойной. Число обратившихся в медицинские организации по поводу присасывания клещей на текущий момент составляет 264981 человек, зарегистрировано 197 случаев заболевания клещевым вирусным энцефалитом и 782 случаев заболевания клещевым иксодовым боррелиозом, что не превышает среднеемноголетних значений за аналогичный 5-ти летний период.

Риск заразиться инфекционными заболеваниями, передающимися через укус клеща, все еще достаточно высок при посещении территорий городских парков, в пригородной зоне, лесных массивах.

О том, как с помощью простых мер безопасности свести к минимуму вероятность укуса клеща, читайте в материале «как предотвратить укус клеща»