**Клещи. Лето – рай для кровососов**

По материалам журнала "Здоровье школьника"

**Как уберечься от укусов клещей**

Если вы живете на территории, являющейся очагом боррелиоза или клещевого энцефалита, детям и взрослым обязательно **нужно сходить в районную поликлинику и сделать прививки от этих заболеваний.**

Клещи влаголюбивы и поэтому предпочитают умеренно затененные и увлажненные лиственные и смешанные леса с густым травостоем и подлеском. Очень важно знать, что, вопреки распространенному заблуждению, эти членистоногие не падают на людей с деревьев, а прыгают с травы и низких, высотой до полуметра, кустов. Часто они концентрируются на лесных дорожках и тропах, поросших по обочинам травой.

**Правильно одевайтесь.** Клещи, выжидая жертву на траве, реагируют на движение и запрыгивают на человека, который проходит мимо, а затем ползут по телу вверх. Поэтому очень важно полностью закрываться одеждой. Брюки, заправленные в резиновые сапоги; рубашка или свитер заправлены в брюки; ворот у шеи завязан, на рукавах – тугие манжеты, а на голове – косынка. **Особенно важно защитить шею, голову, паховую область и подмышки:** здесь кожа самая нежная и аппетитная для паразитов.

«Укус» клеща совершенно безболезненный: в слюне этих членистоногих содержатся анестезирующие вещества. Поэтому почувствовать присутствие «врага» практически невозможно.

Однако клещ – существо довольно медлительное и привередливое – с час может бродить по телу, выискивая место покомфортнее. Так что, если **осматривать себя и близких каждые 20 минут**, вполне можно избежать «укуса». Если вы правильно оделись, клещ останется где-то на одежде, и вы его заметите – он похож на маленького коричневого паучка.

Помните, что вы могли принести клещей в дом на одежде, поэтому **не заносите уличные вещи в жилые комнаты.**

**Используйте защитные спреи и кремы от насекомых.**

Чаще всего клещи нападают на человека, когда он в лесу садится справить нужду под кустиком. Будьте осторожны, выберите место, где нет травы, подстелите газету и внимательнее осмотрите себя после туалета.

Помните, что 10% людей, которые заболели клещевым энцефалитом, не видели на себе никаких клещей. Дело в том, что подолгу кормятся на жертве только самки клещей: им нужно запастись питательными веществами для производства потомства, поэтому эти «дамы» иногда присасываются к человеку на неделю. А вот самцы могут закончить «обед» уже через час, поэтому часто жертва об их визите даже не подозревает. Однако переносчиком клещевого энцефалита могут быть и мужские особи. Поэтому, если **после пикника у вас или у ребенка поднялась температура, немедленно обратитесь к врачу.**

**Что делать, если клещ все-таки присосался?**

Если вы обнаружите на себе или на ребенке присосавшегося клеща, не теряйте времени, **вытаскивайте его как можно быстрее.** Инфицирование вирусом энцефалита происходит с первыми каплями слюны клеща, поэтому здесь оперативность не имеет значения. В случае с боррелиозом дорога каждая минута: боррелиям, чтобы атаковать клетки человека, надо антигенно перестроиться, на это иногда уходит 18 часов. Поэтому чем скорее вы удалите кровопийцу, тем меньше риск заболеть.

Очень распространено заблуждение, что членистоногого надо смазать маслом, бензином или мазью. Делать этого ни в коем случае нельзя. Когда вы перекрываете клещу кислород, он выделяет гораздо больше слюны, и вероятность заражения повышается.

Лучше **возьмите нитку, сделайте из нее петельку и накиньте ее, как лассо, на тельце клеща** как можно ближе к хоботку. Затянув петлю, попытайтесь перевернуть членистоногого на спину и выкручивающими движениями вытащить из кожи. То же самое можно проделать и с помощью пинцета.

Затем нужно **обработать место «укуса» любым дезинфицирующим раствором**, приложить вату с мазью, содержащей антибиотик (тетрациклиновой, левомицетиновой), и заклеить пластырем на сутки.

Удаленного клеща не стоит приговаривать к мгновенной смерти. Хорошо бы **проверить его на наличие опасных вирусов и бактерий.** Поместите кровососа в чистую баночку с какой-нибудь травинкой или в чуть смоченную водой салфетку и как можно быстрее отнесите в специализированную лабораторию для исследования. Такую экспертизу проводят в центрах гигиены и эпидемиологии.

http://www.za-partoi.ru/klesch.html