**Чем опасны клещи**

При укусе клеща есть вероятность заразиться различными

инфекциями. Самые опасные из них – клещевой энцефалит,

боррелиоз (болезнь Лайма), туляремия, крымская геморрагическая

лихорадка и другие. Эти заболевания могут приводить к тяжелым

необратимым последствиям – параличам, нарушениям функций

мозга, работы нервной системы, поражениям суставов и

внутренних органов, инфекционно-токсическому шоку и даже

смерти. Клещи, переносящие инфекции, есть практически в любом

регионе России.

**Как обезопасить себя от клещей**

Отправляясь на природу, помните о простых правилах:

Выбирайте одежду и обувь, которая максимально закрывает

тело: длинный низ и верх, головной убор, высокие ботинки или

кроссовки.

Следите, чтобы воротник и манжеты плотно прилегали.

Заправляйте все, что можно заправить вовнутрь.

Выбирайте светлую одежду – на ней будет легче заметить

темного клеща.

Пользуйтесь репеллентами, которые отпугивают клещей.

Кстати, их чаще всего наносят на одежду.

Периодически осматривайте одежду – свою и ваших

спутников. Потрясите ее над ванной, вернувшись домой.

Тщательно проверьте шерсть питомцев, если вы брали их на

прогулку.

Собрали красивый букет полевых цветов? Проверьте и его,

там может быть «сюрприз» в виде притаившегося клеща.

**Что делать, если клещ укусил**

Если, несмотря на все меры предосторожности, укус все же

произошел, нужно извлечь клеща (самостоятельно или

обратившись к врачу в травмпункт или в поликлинику). Чем

быстрее это произойдет, тем меньше риск заражения.

**Как действовать:**

Используйте специальные инструменты для извлечения

клеща (пинцет, клещедер), а также средства дезинфекции (спирт,

йод, перекись водорода).

Захватите клеща пинцетом. Держа перпендикулярно

поверхности укуса, аккуратно поверните тело клеща против

часовой стрелки и извлеките его из кожных покровов без резких

движений.

Если у вас специальных инструментов нет, можно аккуратно

зацепить клеща пальцами, обернутыми марлей, ниткой,

салфеткой. Ни в коем случае не трогайте клеща голыми руками.

Место укуса продезинфицируйте, руки тщательно помойте.

Клеща поместите в герметичную емкость и доставьте на

исследование в микробиологическую лабораторию.

Если в течение месяца после укуса клеща вы почувствовали

себя плохо, отметили повышение температуры, увеличивающееся

красное пятно на месте укуса, ощутили зуд – незамедлительно

обратитесь к врачу.

**Поможет ли вакцинация**

Сегодня доступна вакцинация от клещевого энцефалита – ее

делают бесплатно в поликлиниках. Доступны как отечественные,

так и импортные вакцины. Это способ обезопасить себя, если вы

находитесь в зоне распространения заболевания (карта

активности

клещей в регионах России доступна здесь).

Вакцинация от энцефалита проходит в несколько этапов – это

нужно для выработки стабильного иммунитета. Первую прививку

обычно делают осенью, что позволяет подготовиться к весенне-

летнему сезону. Повторная иммунизация проводится в начале

зимы. Ревакцинация – через 9–12 месяцев. Если вы не успели

заранее подготовиться, возможна экстренная вакцинация в любое

время года.