

Инструкция по мерам защиты от клещей

Клещи – это крохотные паукообразные, для которых основным источником пищи выступает кровь. Причем питаться они могут кровью и диких животных, и домашних питомцев, и даже людей. Обитают паразиты преимущественно в лесах и прочих местах, где есть заросли травы и густые кустарники. Предпочитают сырые территории и прохладные места. Свою жертву они поджидают, сидя на траве, зачастую вдоль троп, где очень удобно зацепиться за тело животного или одежду, проходящего мимо человека. Оказавшись на коже, кровосос крепится к ней зубцами и приступает к трапезе.

Сама по себе рана после укуса клеща незначительная, она обычно быстро заживает. Но проникая под кожу хоботком, клещ может заразить человека серьезными инфекционными заболеваниями. Среди них клещевой паралич, клещевой энцефалит, сыпной тиф, вирусная лихорадка, болезнь Лайма и т.д. Большинство заболеваний влияют на работу нервной системы, может появиться заторможенность, неспецифические реакции на внешние возбудители. Нередко такие заболевания приводят к серьезным последствиям и даже смерти. Именно поэтому от укусов клещей нужно беречься. Действительно, заражены не все насекомые — некоторые из них абсолютно безопасны. Но не будем же мы рисковать и позволять укусить себя, чтобы проверить, болен ли клещ? Так или иначе, выходя на природу, нужно уметь защитить себя от этих опасных насекомых. Отдых на природе должен быть безопасным.

Где живет клещ, а где его нет

Клещи живут далеко не везде, причем речь идет не только об областях с очень холодным климатом. Предпочтительными для этих существ являются лиственные леса, например, такие, где растет много берез, осин, липовых деревьев, а также рябины и ольхи. Преимущественно это сырые низины, причем иногда даже заболоченные места. Кроме того, клещи очень часто встречаются в смешанных лесах, где наравне с лиственными деревьями произрастает сосна, пихта, ели т.п. Это вся Центральная Россия, Северо-Запад, Урал, Сибирь, Дальний Восток — из-за изменений климата клещи «доползают» даже до Якутии. Оптимальные условия — это температура воздуха +18–20 градусов и влажность воздуха 80 процентов. Жаркое засушливое лето клещи не любят: становятся вялыми и прячутся в лесную подстилку. Отсюда и возник миф, что в середине лета эти паразиты неопасны. Это не так, просто в это время меньше возможностей столкнуться с ними.

Пик заболеваемости традиционно приходится на май–июнь, когда жара еще не зашкаливает, и на конец августа–начало сентября, когда жара спадает, а люди отправляются по грибы. Вопреки стереотипам, клещи живут не только в лесу, они прекрасно чувствуют себя и в городских парках, и на дачных участках. Так что если вы не ходите в лес, это не значит, что вы защищены от нападения.

На заметку! Но все же главным показателем наличия клещей будут исключительно лиственные деревья!

Активность кровососов начинает набирать обороты на рубеже апреля и мая месяца. В это время обычно радуется глаз молодая сочная травка, пробивающаяся из-под лиственного покрова прошлого года. Именно такая травка и становится идеальным местом для успешной жизнедеятельности клещей. С наступлением июня активность паразитов начинает несколько утихать, в июле она еще больше идет на спад.

Важно! Однако несмотря на это, заполучить клеща возможно вплоть до самого октября месяца!

Если говорить о местах, где клещей практически нет, то таковых на территории России довольно много. Это мохохвойные леса, например, где растет исключительно сосна, а также глухие таежные районы с дремучей темнохвойной растительностью. Нет клещей и

в сосновых борах, где не наблюдается подлеска. Словом, если лиственных деревьев в данной зоне не наблюдается, то, скорее всего, что там не будет и клещей, а если они и есть, то в незначительном количестве.

Кроме того, клещи никогда не селятся в каменистой местности, а также на горных склонах и обнаженных скалах. В целом высокие участки их не привлекают. Эти паразиты все же больше склонны обитать в низинах, и чем больше набор высоты, тем они будут встречаться все реже. Кстати, это связано не только с отсутствием сырости, но и с тем, что с увеличением высоты меняется лес и пропадает подлесок.

Это интересно! Клещи не способны жить там, где есть муравейники. Связано это с тем, что муравьи поедают кровососов, когда те находятся в «юном» возрасте. Таким образом, клещи не успевают даже вырасти. Поэтому если вы заметили муравейник, знайте, что в этом районе опасных кровососущих особей быть не должно!

Одежда

Отправляясь на отдых, прежде всего, важно позаботиться о наличии надлежащей одежды. Причем не важно, куда именно вы направляетесь, в лес, в ближайший парк или на дачу – клещи могут находиться абсолютно в любом месте, где есть хоть какая-нибудь растительность. И чтобы кровосос не присосался, необходимо закрыть все тело. Причем закрыть правильно, а сделать это можно, зная особенности строения клеща, из-за которых он может ползать только вверх.

- Для верхней части тела – что-нибудь с длинным рукавом. Это может рубашка, кофта, реглан и т.д. При этом желательно, чтобы воротник прикрывал шею.
- Для нижней части тела – обязательно брюки. От ношения шорт лучше воздержаться.
- Брюки следует заправить в носки, а верхнюю часть одежды – в нижнюю. Для обеспечения дополнительной защиты можно затянуть на поясе ремень.
- При этом важно чтобы вся одежда была выполнена из плотных материалов. Что касается ее тонов, то предпочтительными являются светлые, так как на таких клещей достаточно легко заметить.

На заметку! Удивительным является тот факт, что клещей способны остановить тончайшие капроновые колготы. Хотя для отдыха на природе это далеко не самый подходящий элемент одежды, хотя с другой стороны их вполне можно надеть под брюки! В продаже сегодня можно найти специальные костюмы, называемые противоэнцефалитными, в народе – энцефалитки. Они сшиты из прочных плотных тканей и оснащены затяжками, которые создают дополнительную защиту от клещей. Но если такой костюм вам не нравится, то совсем необязательно его приобретать. Вполне можно ограничиться своей повседневной одеждой, но только всю ее необходимо заправлять!

Защитные препараты

На протяжении всей прогулки или отдыха одежда должна несколько раз обработаться специальными препаратами. Все средства защиты от клещей для человека делятся на три группы:

- Репелленты – их основным действующим веществом выступает диэтилтолуамид. Выпускаются они в форме лосьонов и аэрозолей. Препарат наносят на открытые участки кожи и одежду или же только на одежду. К таковым относятся: «Бибан», «Медилис», «Off», «Ultrathon» и пр.
- Акарициды – здесь в роли активного компонента обычно выступает альфаметрин или циперметрин и его производные. Эти вещества оказывают на клещей нервно-паралитическое действие. При контакте с обработанными участками паразит теряет способность двигаться и попросту отпадает с одежды. Форма выпуска, в большинстве случаев, аэрозоль. Среди акарицидов наиболее популярными являются такие средства, как «Пикник – Антиклещ», «Gardex», «Фумитокс», «Торнадо – АнтиКЛЕЩ» и пр.

Важно! Обрабатывать акарицидами допускается только одежду. Наносить их на кожу запрещено! При этом одежду опрыскивают не на человеке, а разложенную, к примеру, на полу. Надевают ее только после того, как препарат полностью высохнет!

- Комбинированные препараты – инсектицидно-репеллентные. Комбинированными они называются потому, что сочетают основные функции репеллентов и акарицидов. Основаны они, как правило, на альфаметрине и диэтилтолуамиде, а потому проявляют активность не только против клещей, но так же и против комаров. К таким средствам относятся: «Москитол спрей», Клещ-Капут», «Gardex Extreme» и пр.

Рекомендации относительно использования

Как же уберечься от клещей при помощи таких препаратов?

- Если рассматривать вышеописанные группы средств и делать выбор, то предпочтение стоит отдать акарицидам либо комбинированным препаратам.
- Прежде чем приступать к непосредственному использованию того или иного средства, необходимо внимательно прочитать инструкцию.
- Защитные препараты от клещей наносят кольцевыми полосами, уделяя особое внимание манжетам, воротнику, зоне вокруг талии, щиколоток, коленей и бедер.
- Не забывайте, что слой препарата необходимо время от времени возобновлять. Срок действия вы найдете в той же инструкции.
- Жаркая погода, повышенная потливость, осадки и сильный ветер – это факторы, из-за которых время действия препарата может существенно сократиться.

Осмотр тела

Полный осмотр тела необходим потому, что заметить укус клеща зачастую довольно трудно. И особенно, когда вы прибываете в движении. А если на вас еще надета правильная одежда, то из-за нее возникает потливость, при которой часто ощущается небольшой зуд, провоцирующий почесывания. В результате нарастает паника, которая заставляет ежеминутно прощупывать потревоженное место. Распознать пальцами клеща, несмотря на его незначительные размеры, очень просто. Но даже если вы так никого и не обнаружили, провести осмотр все равно необходимо.

Итак, выбравшись из потенциально опасной зоны, следует снять куртку и, отойдя подальше от своей компании и прочих людей, хорошенько ее вытряхнуть. Если на прогулке с вами были или пожилые люди, то им необходимо помочь, аккуратно сняв куртку сзади. Теперь осматриваем одежду и тело, особенно воротниковую зону, шею и спину.

Если путь долгий и при этом часто приходится пробираться сквозь заросли, то желательно после каждого контакта с растительностью осматривать область соприкосновения, а общий осмотр делать несколько раз за все время дороги – примерно каждые четверть часа. На заметку! Клещ не будет ползать по вашему телу часами. Обычно он впивается спустя минут пять, а иногда и сразу, как только найдет открытый участок кожи! Поэтому, когда пробираетесь через кусты, интервал между осмотрами желательно сокращать!

По приезду домой осмотр необходимо повторить, тем более что теперь он будет максимально полным. Для начала принимаем душ – он позволит смыть с тела клещей, которые, возможно, еще не успели присосаться, и после переходим к осмотру. Если вы проверяете наличие клещей на себе самостоятельно, то с помощью зеркала вам будет это сделать гораздо проще и удобней. Осмотрите шею, плечи, уши и область за ними, лодыжки, талию, зону под коленями и подмышки. Особое внимание в данной ситуации необходимо уделить зонам, где есть кожные складки.

Что делать при обнаружении присосавшегося клеща?

Если защита от клещей дала сбой, и паразит все-таки сумел присосаться, то удалять его необходимо максимально осторожно, чтобы не оставить в коже ни его хоботка, ни других частей тела. Для того чтобы извлечь кровососа можно воспользоваться обычной нитью. Обвязываем ею тело клеща, крепко затягиваем и медленно тянем.

Также можно применить специальный инструмент – клещекрут. Подводим его раздвоенную часть под голову клеща и аккуратно, прокручивая, достаем паразита.

После того как клеща удалось извлечь, место укуса необходимо продезинфицировать, например, йодом или хотя бы перекисью водорода, после чего показаться врачу. Самого виновника вышеописанных мероприятий желательно положить в какой-нибудь герметично закрывающийся контейнер и сохранить его для того, чтобы позже отправить на лабораторное исследование. Ведь вполне возможно, что это небольшое существо является переносчиком опасных заболеваний.

Важно! Если вы желаете уничтожить извлеченного клеща, то его необходимо непременно сжечь. Давить паразита пальцами крайне нежелательно, так как в таком случае существует риск заражения, причем риск огромный, особенно если потом вы будете расчесывать место укуса!

Что будет, если я не замечу клеща?

Это не редкий случай. Если клещ не инфицирован, вы даже не узнаете о нем, поскольку, напившись крови, он отвалится сам. Самка — примерно через неделю, самец — через пару часов после присасывания. На месте укуса может остаться легкое покраснение.

Если же клещ был инфицирован, симптомы заболевания проявляются, как правило, через 10-14 дней от момента присасывания, но могут возникнуть и намного позже. Чем больше времени прошло от укуса, тем труднее соотнести повышение температуры, лихорадку и головную боль с прогулкой в лесу. Иногда только при лабораторном анализе, который показывает антитела к клещевому энцефалиту или иксодовому клещевому боррелиозу, становится ясно, что человека укусил клещ.

Обязательно ли делать прививку?

Если вы живете в регионе, эндемичном по вирусному клещевому энцефалиту, или собираетесь туда на отдых, сделать прививку необходимо. С плановой уже опоздали: первую прививку делают еще в конце зимы, вторую — через 1–3 месяца.

Сейчас можно говорить лишь об экстренной схеме: ее отличие лишь в том, что вторая доза вводится через 2 недели после первой, но такой непродолжительный промежуток — большой стресс для организма. Главное, вакцинация должна быть проведена минимум за месяц до предполагаемой поездки, иначе антитела не успеют выработаться, и все ваши усилия будут напрасны. И при плановой, и при экстренной схеме вакцинации через год обязательна ревакцинация — чтобы закрепить эффект, только так вы получите стойкий иммунитет на три года.

Что делать, если я не сделал(а) прививку?

Вам нужны репелленты, они безвредны — просто отпугивают клещей — и наносить их можно на открытые участки тела. Есть еще акарицидные средства, наносить их можно только на одежду. Когда идете в лес, надевайте рубашку с длинными рукавами с манжетами, брюки плотно заправляйте в обувь, обязательно укройте голову. Чем меньше открытых участков тела, тем лучше. Одежда должна быть светлых тонов, на ней клещи более заметны. Самые «лакомые» части тела для паразита — это области за ушами, паховая и подколенная складки, живот и подмышки. Там кожа очень мягкая, и присосаться проще. Клещу нужно некоторое время, чтобы по одежде добраться до тела и впиться в него, так что если регулярно осматривать себя, можно вовремя заметить «врага».

Как сделать отдых за городом безопасным?

Если с приходом устойчивого тепла вы собираетесь покинуть город и перебраться на какое-то время на дачу, то ее необходимо обезопасить. Как это сделать? Все довольно просто:

- прежде всего, расчищаем территорию, удаляя все кустарники, заросли травы и кучи прошлогодних листьев;
- регулярно косим лужайку – клещам в низкой траве слишком жарко, а потому они тут же покинут ее;
- внутренний дворик с верандой и детской площадкой держим в чистоте, время от времени срезая вновь выросшие побеги кустарников и прочую густую растительность

Очень надеемся, что эти рекомендации помогут вам сделать свой отдых на природе максимально безопасным и уберегут вас от атак вредоносных клещей.