

# Памятка для населения по профилактике клещевого энцефалита и болезни Лайма

## Меры профилактики и защиты

Во время пребывания в лесу необходимо:

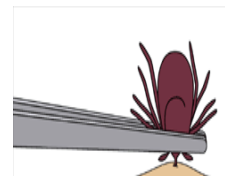
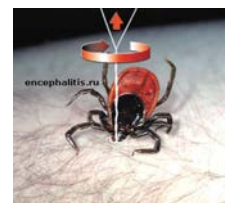
- **Максимально прикрывать тело:** надевать светлую одежду (на ней лучше видно клещей) с длинными рукавами и капроном, брюки заправлять в носки.
- **Использовать противоклещевые репелленты**, в соответствии с инструкцией по их применению.
- **Осматривать** свою одежду каждые 2-3 часа, периодически проводить проверку кожных покровов.
- **По возвращении из леса** тщательно осмотреть одежду, кожные покровы, обращая особое внимание на следующие части тела: шея, подмышки, паховая область, ушные раковины – в этих местах кожа особенно нежная и тонкая, клещи чаще всего присасываются именно там. Также необходимо осмотреть животных, букеты из лесных и полевых цветов и другие вещи привезенные из леса.



## КАК ПРАВИЛЬНО УДАЛИТЬ КЛЕЩА:

Клеща следует как можно быстрее удалить. Чем дольше клещ находится в присосавшемся состоянии, тем больше вероятность заражения человека. Сделать это лучше в медицинском учреждении – в травматологическом или хирургическом кабинете. Но если такой возможности нет, удалить его можно самостоятельно одним из следующих способов:

- 1. При помощи хлопчатобумажной нитки.** Ее завязывают в узел, как можно ближе к хоботку. Закручивая концы нити при помощи кругового движения, извлекают клеща, потихоньку подтягивая его вверх. Резкие движения недопустимы.
- 2. Пинцетом.** Клеща нужно захватить как можно ближе к хоботку. Затем его аккуратно вытаскивают, вращая вокруг своей оси в удобную сторону. Обычно через 1-3 оборота клещ извлекается целиком вместе с хоботком. Если же клеща попытаться выдернуть – велика вероятность его разрыва. Нельзя надавливать на брюшко, при этом возможно выдавливание его содержимого вместе с возбудителями в ранку.



**После удаления клеща кожу в месте его присасывания обрабатывают настойкой йода или спиртом.**

### **ПОМНИТЕ:**

1. При удалении клеща нельзя использовать масла, жирные кремы, которые закупоривают дыхательные отверстия клеща и провоцируют дополнительный выброс возбудителей в кровь человека.
2. После удаления клеща необходимо обязательно обратиться в поликлинику по месту жительства к врачу инфекционисту (терапевту, педиатру) для назначения профилактического лечения и организации медицинского наблюдения.
3. **При появлении признаков заболевания необходимо немедленно обратиться в поликлинику по месту жительства и сообщить врачу о присасывании клеща в течение последнего месяца.**

## ГДЕ И КАК ИССЛЕДОВАТЬ КЛЕЩА (снятого самостоятельно)

ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Мурманской области», ул. Коммуны, дом 7

Понедельник- пятница: с 8<sup>30</sup> - до 16<sup>00</sup>  
Перерыв на обед: 12<sup>00</sup> – 12<sup>30</sup>  
Суббота- воскресенье по предварительному звонку по телефону:  
47-33-04, +7-908-605-01-80

Исследование клещей проводится на платной основе - стоимость 745 руб.