

Клещи: опасности реальные и мнимые

Чего просит душа в разгар весны? Свежего воздуха, зеленой травы, шума деревьев с, наконец - то распустившимися листочками... Потоки горожан стремятся в лес, на полянки, на шашлыки под открытым небом. И в качестве бонуса, кроме хорошего настроения и полноценного отдыха, на дачной одежде (в основном — на брюках) обратно домой привозятся клещи. И хорошо, если только на одежде.

Сезон клещей начинается в апреле и длится до середины лета. Но есть опасность заражения и осенью... Клещей существует много, но надо уяснить, что только 2 вида опасны для человека: иксодовый таежный клещ, распространенный в азиатской и в ряде районов европейской части России, иксодовый европейский лесной клещ, обитающий только в европейской части России. Европейский клещ активен не только летом, но и в сентябре! Будьте осторожны.

Клещи, в отличие от распространенного мнения, селятся не на деревьях, а в нижнем и среднем ярусах растительности — на траве и кустарниках. Поэтому чаще всего их находят на брюках, в плохом варианте — на ногах. Однако клещ может переползти на любой участок тела и впиться в него. Будьте аккуратны, ходя в туалет на природе!

А сейчас самый обсуждаемый вопрос при планировании поездки на природу: что делать при укусе клеща.

Клещи в России

Большинство опасных для нас видов клещей встречаются в основном в теплых и влажных краях: Дальний Восток, Крым и т. п. Но в последние 25 лет ареал обитания клещей, переносящих опасные для людей болезни, значительно расширился. В России самый «популярный» род клещей — *Ixodes*.

Еще один фактор - активное перемещение горожан за город и создание садоводств. Это привело к расширению ареала обитания клеща и перемещению его ближе к людям. В результате клещи-переносчики различных заболеваний сейчас встречаются практически по всей России. Соответственно, с каждым годом растет число людей, обращающихся к врачам по поводу укусов клещей. Зоны распространения клеща

Иксодовые клещи обитают практически по всей Европе, на европейской части России и в Сибири. Их активность на некоторых территориях наблюдается уже с апреля, когда почва прогревается до 5–7°C. Если говорить о европейской части, то наибольшее количество укусов фиксируется в мае-июне, второй пик бывает в конце августа.

Клещи любят влажную местность и чаще всего живут в высокой траве и на кустах. Даже взрослые насекомые не поднимаются выше, чем на 1,5 м от земли, поэтому утверждение о том, что они прыгают на жертву с деревьев, неверно. Зона обитания паразита вовсе не ограничивается лесами, хотя здесь он, безусловно, встречается часто.

В период активности клеща на природе его можно обнаружить:

- в лиственных лесах;
- на лугах;

- в лощинах;
- в оврагах;
- в долинах рек и озер;
- в местах с завалами хвороста и различных веток.

Кроме этого, он встречается и в городской черте, особенно в парках и садах, где не скашивается трава. Стоит заметить, что как в лесу, так и в городе, наибольшее скопление паразитов наблюдается как раз в высокой траве возле тропинок и дорожек – клещ чувствует теплокровных существ и устремляется туда, где они находятся наиболее часто. Иксодовый клещ может быть принесен в дом на ветках, одежде или шерсти животных, поэтому в периоды активности и после пребывания на природе нужно тщательно осматривать вещи.

Чего действительно следует бояться? И можно ли как-то защитить себя?

Что надо знать

Прежде, чем отправиться на прогулку в лес тщательно экипируйтесь: наденьте одежду с длинными брючинами и рукавами, на ноги наденьте высокие ботинки или сапоги, в крайнем случае – заправьте штанины в носки. Помните, клещ начинает свое путешествие по вашему телу снизу! Закройте шею – платком или шарфом, на голову наденьте кепку или бандану. Не ходите по лесу с открытым животом – клещ с удовольствием вцепится в него. Вернувшись с прогулки, тщательно осмотрите себя, отряхните одежду. Особое внимание к надо проявить к экипировке детей!

Если вы нашли клеща

Клещ проникает в кожу не целиком, снаружи остается брюшко, внутри – голова. Ни в коем случае не отрывайте брюшко – опасность таится в оставшейся в вашей коже голове клеща. Сделайте из нитки петлю, аккуратно закрепите ее вокруг головы клеща и вращательными движениями вытяните клеща наружу, положите его в коробку и отправляйтесь вместе с ним в ближайшее инфекционное отделение, где отдайте клеща на экспертизу. Сдайте кровь и при положительном результате без размышлений соглашайтесь на госпитализацию!

Примите меры заранее

В качестве профилактики надо провести вакцинацию за 3 месяца до начала теплого сезона. Вакцинация проводится в 3 этапа через каждый месяц. Вакцина называется Энцевир. Повторная вакцинация проводится через год, а затем через 3 года. Вакцинация является самым надежным средством от заболевания!

«Популярные» клещевые инфекции

Среди болезней человека, которые переносят клещи - клещевой энцефалит (КЭ), туляремия, геморрагическая лихорадка, клещевой североазиатский риккетсиоз, Q-лихорадка, боррелиоз (болезнь Лайма), анаплазмоз, эрлихиоз и др. Иксодовые клещи – переносчики клещевого энцефалита, боррелиоза, анаплазмоза и эрлихиоза.

Клещевой энцефалит: риск заражения, симптомы

Клещевой энцефалит – серьезное вирусное заболевание, которое может вызвать поражение центральной нервной системы. Поскольку наиболее распространенный способ передачи вируса – это слюна иксодовых клещей, заражение болезнью связывают с определенными территориями и временем года. Кроме этого, в редких

случаях можно заразиться через сырое молоко. Вирус долго сохраняется в непастеризованном молоке, но при кипячении исчезает полностью.

Инкубационный период клещевого энцефалита составляет от 1 до 30 дней. Однако у большинства зараженных людей симптомы проявляются уже в первую неделю после укуса. Важно заметить, что хоть размножение вируса и происходит на первых этапах в зоне его попадания в организм, сам укус воспаляется крайне редко.

Симптомы клещевого энцефалита проявляются изменением общего состояния:

- Слабость, недомогание.
- Жар, лихорадка.
- Головные боли разной силы.
- Тошнота, рвота.
- Ригидность затылочных мышц (человек не может опустить подбородок до грудной клетки) или их болезненность.
- Помутнение сознания, бред.
- Потеря чувствительности в разных участках тела, чаще конечностях.
- Судороги, потеря сознания.

Клещевой энцефалит может протекать в опасных для жизни формах, поэтому при обнаружении таких симптомов нужно как можно быстрее обратиться к врачу и обязательно проинформировать его об укусе клеща. Лечение болезни занимаются эпидемиолог или инфекционист.

Формы протекания болезни

В зависимости от иммунитета человека и местности, в которой он был инфицирован, болезнь может протекать в разных формах. Более того, иногда клещевой энцефалит проходит вообще бессимптомно, и о перенесенной болезни человек узнает уже по факту – после анализов, выявляющих наличие антител к вирусу.

Самым опасным подтипом, как уже говорилось, является дальневосточный клещевой энцефалит. Однако потенциально инфекция любого региона может поражать ЦНС, приводя к инвалидности или даже летальному исходу. В зависимости от тяжести поражения выделяют несколько форм болезни:

- Лихорадочная. Самая легкая форма, при которой вирус вызывает некоторые симптомы, но при этом не поражает клетки мозга и ЦНС. Наблюдается жар, ломота в теле, озноб и слабость. Болезнь проходит за 3–5 дней и не приводит к осложнениям.
- Менингеальная. Вирус преодолевает гематоэнцефалический барьер, то есть проникает из кровотока в нервную систему, поражаются клетки оболочки мозга. Симптомы более выражены и тяжелее переносятся, болезнь длится до двух недель. Это наиболее распространенная форма клещевого энцефалита, переносится она без последствий, и исход болезни благоприятен.

- Менингоэнцефалитическая и полиомиелитическая. Самое опасное заболевание из вышеперечисленных. Возбудитель — вирус клещевого энцефалита рода *Flavivirus*. Он приводит к воспалению серого вещества головного мозга (энцефалит), а также оболочек головного или спинного мозга (менингоэнцефалит и менингит). Заболевание очень тяжелое, разрушающее центральную нервную систему (ЦНС) и часто приводящее к инвалидности и даже смерти человека. Самые сложные формы, требующие обязательного лечения под наблюдением врача. При таком клещевом энцефалите вирус проникает в клетки мозга, могут возникать тяжелые симптомы, развиваться приступы эпилепсии, проявляться онемение конечностей. Именно такие формы могут привести к смерти, а люди, переболевшие ими, часто получают инвалидность, например, происходит атрофия мышц или остается гиперкинетический синдром, при котором человека мучают самопроизвольные сокращения мышц.

Вирус прекрасно себя чувствует еще в 130 видах теплокровных животных и птиц, помимо человека. Это значит, что вирус КЭ можно подхватить, попив сырого молока зараженной козы или коровы — если они конечно паслись в районе, где есть КЭ. Клещевой энцефалит развивается через 7-30 дней после попадания вируса в кровь. Признаками заболевания являются: лихорадка, сильная головная боль, усиливающаяся при каждом движении головы, тошнота, рвота, вялость, заторможенность, онемение мышц шеи, конечностей. Опасность заболевания заключается в возможности паралича и летального исхода. Клещевой энцефалит можно вылечить, введя в кровь иммуноглобулин. При условии, что с момента заражения прошел 1 день. В более поздние сроки иммуноглобулин бесполезен.

Боррелиоз (болезнь Лайма).

Возбудитель — бактерии рода *Borrelia*. В отличие от вируса КЭ, боррелии поражают не только ЦНС, но и суставы, сердце и глаза. По словам врачей, боррелиоз в своем развитии схож с сифилисом и может переходить в хроническую форму, при которой болезнь длится годами.

Боррелий невозможно обнаружить в крови сразу после укуса — только по истечении инкубационного периода, который длится от 2 до 30 дней. Чаще всего первые симптомы появляются через 2-3 недели. На месте укуса клеща проступает характерная «мишень» — красное кольцо с центральной частью. Увидев такое пятно, надо немедленно идти к врачу. Без лечения еще через 2-3 недели пятно исчезает, а через 1-1,5 месяца появляются симптомы поражения сердца, суставов и нервной системы.

Гранулоцитарный анаплазмоз человека (ГАЧ).

Возбудитель — бактерия рода *Anaplasma*. Она проникает внутрь гранулоцитов (разновидность лейкоцитов) и разносится по организму. Инкубационный период — от 3 дней до 3 недель. Чаще всего протекает в легкой форме - пациенты даже не догадываются, что больные клещевой инфекцией, принимая ее за ОРЗ. Но у 1% людей развивается менингоэнцефалит и тяжелое поражение почек.

Эрлихиоз.

Встречается намного реже, чем боррелиоз. Болезнь убивает свою жертву в 0,5-1% случаев. Возбудитель - бактерии рода *Ehrlichia*, поражающие сердце, головной мозг, почки и легкие. Признаком эрлихиоза является лихорадка, развившаяся через 3 недели после неудачной прогулки в зараженный клещами лес. Болезнь лечится антибиотиками. При отсутствии своевременной терапии грозит неврологическими расстройствами, почечной и дыхательной недостаточностью.

Как охотятся клещи

Никак. Это очень пассивные существа. Они медленно ползают, не умеют ни летать, ни прыгать, ни даже прицельно падать на жертву. Клещи не водятся в полях и не ползают по деревьям. Они ориентируются на запахи тела животных и людей, поэтому в основном сидят на траве и нижних ветках кустов вдоль тропинок, растопырив передние лапки, в ожидании пробегающей мимо жертвы. Все, что может клещ – уцепиться за ее шерсть или одежду.

Природа снабдила клеща массой приспособлений для длительного и неспешного питания кровью жертвы – предположительно весьма активной и быстро бегающей по кустам. Поэтому клещ – существо разборчивое и педантичное в своей способности закрепляться на теле. Он никогда не кусает сразу и может несколько часов ползать по телу, выбирая кожу понежнее: на животе, в паху, в складках.

Укус клеща

При укусе клещ погружает всю голову в ткани жертвы. Там он выделяет обезболивающее вещество, чтобы жертва не заметила укус, и цементирующий секрет, при помощи которого намертво закрепляется в коже. Обезболивание – эффективная стратегия, только треть пациентов, получивших клещевую инфекцию, помнят, как их укусил клещ.

Вирус или бактерии содержатся в теле и в слюнных железах клеща. В момент укуса и в процессе цементации инфекция в кровь поступает в минимальных количествах. Это значит, что если зараженный клещ укусил человека, но его быстро сняли – целиком и с головой – то риск инфицирования значительно снижается.

Клещ не сосет кровь в привычном понимании этого слова. В области укуса образуется зона лизиса, в которой происходит начальное разложение компонентов крови. Клещ всасывает кровь практически в «полупереваренном виде». Именно на этом этапе в основном происходит проникновение инфекции в кровь.

Вопреки народным мифам, кровью питаются и самки, и самцы. Но самцам достаточно нескольких часов, чтобы полностью насытиться, а самки могут висеть на жертве по несколько дней. За это время клещ увеличивается в 80-120 раз.

Один клещ может быть переносчиком сразу нескольких видов инфекций. Клещевой энцефалит передается через укус инфицированного паразита. Однако вирус может попасть в организм и в том случае, если Вы просто раздавили клеща в руках – через микротрещины на коже инфекция попадает в кровоток. Поэтому обнаружение клеща, а тем более его укус, должны стать поводом в ближайшие дни проследить за своим самочувствием.

Правила защиты от клещей

Препараты против клещей бывают трех видов:

- Акарицидные (с альфаметрином) – убивающие клещей. Основной их недостаток – слишком токсичны для человека. Распыляются только на одежду, причем делать это следует не на человеке. Действие наиболее эффективных препаратов сохраняется на протяжении 14 дней.
- Репеллентные (с диэтилтолуамидом) – отпугивающие клещей. В большинстве случаев подобные препараты также распыляются на одежду.
- Смешанные, инсектицидно-репеллентные (содержат и альфаметрин, и ДЭТА) – и убивающие, и отпугивающие. Наносятся только на одежду.

Никакие иные рекламируемые средства против других насекомых — комаров, гнуса и т. п. — от клещей не защищают. Дождь, грязь, ветер, а также пот значительно уменьшают время действия препаратов. Поэтому лучшая защита — регулярный осмотр друг друга на предмет клещей. Учитывая особенности поведения клещей, достаточно проводить осмотр каждые 2-3 часа, чтобы чувствовать себя в безопасности.

Хорошо защищает от укусов клещей одежда, имеющая затягивающиеся манжеты на щиколотках и запястьях. Клещ — не комар, сквозь ткань не кусает.

Что делать, если укусил клещ

Первая помощь при укусе клеща

Как только становится теплее, в укромных местечках начинает просыпаться разная мелкая членистоногая живность. Голодная и желающая размножаться. Среди них есть особенно неприятные твари, настоящие миниатюрные вампиры, которым для питания и размножения нужна кровь, наша с вами. Речь идет о клещах. Страшно не то что они стремятся отпить капельку нашей крови, хотя и это неприятно. Многие иксодовые клещи переносят возбудителей разных заболеваний, из которых наиболее опасны энцефалит и боррелиоз. Остальные болезни, переносимые клещами, тоже могут значительно осложнить жизнь и даже привести к инвалидности.

К сожалению, очень многие горожане совершенно не знают, что нужно делать при укусе клеща и совершают множество ошибок.

Если при осмотре вы обнаружили, что насекомое все-таки впился в кожу, нужно незамедлительно обратиться в медицинское учреждение, где специалист удалит насекомое и пропишет Вам иммуноглобулин. В лаборатории можно провести анализ клеща на наличие инфекции. Если вы находитесь далеко от города, и не можете сразу попасть на прием к врачу, попробуйте удалить клеща собственными силами. Делайте это не торопясь, спокойно, чтобы избежать его повреждения.

- Промойте место укуса водой и смажьте антисептиком.
- Часто можно встретить совет: «Нанесите каплю растительного масла или керосина, эти простые вещества перекроют доступ воздуха, насекомое попытается выбраться из ранки». Этого делать не надо.
- Удалить клеща осторожно пинцетом или набросив нитяную петлю и медленно закручивая ее.
- Место укуса смазать йодом, а клеща положить в банку, чтобы в случае необходимости отдать на исследование.
- Обратиться к специалисту, чтобы исключить инфекционное заболевание.
- В последствии могут назначить профилактическое лечение.
- Не нужно клеща ничем мазать. Ни маслом, ни мылом, ни спиртом. От всех этих веществ клещ может срыгнуть в ранку содержимое своей пищеварительной системы вместе с возбудителями болезни.
- Лучше всего вытаскивать насекомое тоненьким пинцетом, всунув его кончики между телом клеща и кожей. Вытаскивать нужно без вращения, плавно потянув вертикально вверх. Можно использовать длинную нитку, обвитую вокруг насекомого на 1-2 оборота. Когда концы нитки медленно растягивают в стороны, образовавшаяся петля заставляет клеща вытащить свой хоботок из кожи.

- Ранку от укуса обработайте обычным йодом.
- Вынутого клеща не выбрасывайте, а положите в баночку вместе с влажной ваткой и отнесите на анализ в местную санэпидстанцию. Если клещ заражен, врачи смогут быстрее помочь пострадавшему.
- Тщательно наблюдайте за состоянием укушенного клещом человека. Ухудшение самочувствия, красное пятно вокруг места укуса, как при аллергии, повышение температуры, головная боль — серьезный повод немедленно обращаться в скорую помощь.
- Бессмысленно поливать клеща маслом – он действительно зацементирован в коже и до окончания процесса вылезать не собирается. Есть мнение, что при использовании масла, бензина и прочих веществ клещ отгрызает в кожу то, что уже насосал – с повышенной концентрацией возбудителя заболевания. То есть, риск заражения усиливается.
- При снятии клеща его надо выкручивать плавным движением, захватив максимально близко к коже – пальцами, пинцетом, ниткой или специальным крючком, который сейчас можно купить в аптеке. Обычно достаточно 2-3 оборотов.
- Клеща надо снимать полностью, не оставляя в коже его голову, так как иначе процесс заражения продолжится – слюнные железы, из которых выделяется вирус или бактерии, остаются источником инфекции.
- Нельзя прижигать место укуса: дополнительное поражение кожи инфекцию уже не остановит, а риск нагноения возрастает.
- Ни в коем случае нельзя размазывать, раздавливать клеща по коже – не стоит дополнительно втирать инфекцию в свой организм, так как всегда есть риск наличия на коже ссадин или царапин.
- Для лабораторного анализа нужен целый живой клещ. Это еще одна причина не растирать клеща в пыль.
- Если вы решили отвезти клеща на анализ, не надо его спиртовать. Лучше всего положить в баночку с влажной ваткой, хранить в холодильнике и, как можно быстрее, отвезти в лабораторию.

Профилактика и лечение самых распространенных клещевых инфекций

Клещевой энцефалит – сложное заболевание, которое тяжело поддается лечению. Именно поэтому намного лучше проводить профилактику болезни. В первую очередь, речь идет об элементарных мерах предосторожности. Если Вы собираетесь в возможные зоны обитания клещей, обратите внимание на свою одежду:

- Желательно выбирать светлые вещи, на которых паразит будет хорошо заметен.
- Одежда должна закрывать все тело – длинные рукава, высокие носки или колготки, заправленная в штаны рубашка.
- Необходим головной убор или капюшон.

После прогулок на природе обязательно осматривайте тело, одежду и обувь. Если Вы находитесь в длительном походе, то такие осмотры нужно делать как минимум каждые 1,5–2 часа.

Однако наилучшим способом профилактики клещевого энцефалита является наличие специфического иммунитета – антител к вирусу. Вырабатываются они или после перенесенной болезни, или после вакцинации. Очевидно, что именно вторая является наиболее безопасным способом защиты.

Прививаться необходимо людям, которые живут в опасных зонах, прежде всего речь идет о Дальнем Востоке и Сибири, а также тем, кто собрался туда в путешествие. Важно сделать прививку за определенное время до поездки – сегодня существуют вакцины, благодаря которым защита вырабатывается уже через 21 день. Такой способ называется экстренной вакцинацией, при плановой (для местных жителей) идеально делать прививки в осенне-зимний период, когда клещи не активны.

Профилактика укуса клеща

Прогулка в городском саду или вылазки в лес - любимый вид отдыха населения. Люди, ведущие здоровый образ жизни, женщины с маленькими детьми, люди в возрасте и молодежь с удовольствием выходят на природу, подальше от транспортных магистралей, чтобы насладиться яркой зеленью деревьев, вдохнуть чистого, напоенного ароматом цветов, воздуха. Мало кто в этот момент задумывается об опасности, которая поджидает его на каждом шагу. Ведь если не позаботиться о защите от клещей, то ваша прогулка может закончиться большими неприятностями.

Одежда для выхода в лес

Перед тем как выйти в лес позаботьтесь об одежде, которая защитит вас от опасности. Обязателен головной убор, полностью защищающий голову. Закрытая одежда, плотно прилегающие манжеты на рукавах, препятствующие проникновению паразитов под одежду. Брюки с резинками внизу или заправленные в сапоги.

Препараты для защиты от клещей

Средства для защиты от клеща нужно наносить на одежду, перед выходом в лес. Они могут выпускаться в разных формах: аэрозоли, крема. Для профилактики у детей укусов насекомых, выпускаются щадящие средства, хотя они имеют меньший срок действия.

Самообследование

После посещения потенциальных мест обитания клещей следует внимательно осмотреть кожные покровы, волосы, чтобы предотвратить укус насекомого. Ведь клещ перед тем как укусить, некоторое время ползает по поверхности и ищет удобное место, поэтому важно обнаружить его заранее.

Прививка от клещевого энцефалита.

На сегодняшний день существует прививка только от клещевого энцефалита, которая защищает человека на 95%. Это значит, что он, как минимум, не умрет при заражении вирусом КЭ и относительно легко перенесет заболевание.

Для формирования иммунитета необходимо провести две, а лучше три вакцинации, причем последнюю следует делать не менее, чем за 2 недели до предполагаемого контакта с клещами. Это значит, что подготовку к запланированной поездке в «энцефалитный» район следует начинать за 1,5-2 месяца. Срок действия вакцины ограничен – всего лишь 3 года. По истечении этого срока необходимо прививаться заново.

Иммуноглобулин.

Препарат человеческого иммуноглобулина, содержащий антитела к вирусу КЭ – средство профилактики и лечения клещевого энцефалита. Но есть несколько нюансов. Во-первых, иммунитет к вирусу, который он дает, держится очень недолго (не больше месяца) и по силе значительно уступает вакцинации. Во-вторых, чужеродные белки, входящие в состав иммуноглобулинов, могут вызвать тяжелую аллергическую реакцию у человека, вплоть до анафилактического шока. Поэтому данный препарат ни в коем случае нельзя использовать самостоятельно и вдали от врачебной помощи. В-третьих, иммуноглобулины требуют строгого соблюдения температурных условий хранения (от +2°C до +8°C), при их нарушении препарат разрушается.

Для лечения иммуноглобулин следует ввести как можно скорее – в течение двух дней с момента появления первых симптомов. Полностью препарат не уничтожает вирус, но сокращает длительность заболевания и уменьшает его проявления.

Популярные противовирусные препараты.

Йодантипирин, Анаферон, Реаферон, Римантадин – все эти препараты предназначены для стимуляции выработки организмом собственного интерферона, что усиливает иммунный ответ на атаку вируса. Каким-либо специфическим действием против вируса КЭ ни один из этих препаратов не обладает. Применяются в составе комплексной терапии и не могут считаться эффективной защитой против клещевого энцефалита. Несмотря на это, некоторые из этих препаратов активно рекламируются как средство от клещевых инфекций, причем без особого акцента на их «противовирусный» характер.

По словам Алексея Яковлева, врача и популярного блогера, клинических испытаний йодантипирина в соответствии с международными стандартами не проводилось, а материалы на эту тему, выложенные в сети, недостоверны. При этом на данный момент не существует ни одного этиотропного препарата, эффективного против флавивирусных инфекций. Наконец, сам препарат может быть опасен для здоровья человека. Он содержит йод, то есть не рекомендуется людям с некоторыми заболеваниями щитовидной железы. Кроме того, сам антипирин – довольно токсичное и мало предсказуемое вещество.

Антибиотики.

Лечение боррелиоза и других бактериальных клещевых инфекций проводится с помощью антибиотиков. Чем раньше оно было начато, тем меньше риски тяжелых последствий для организма. При этом иммунитет против болезни Лайма не формируется. Если человек переболел ею – это не значит, что на следующий год он не может заразиться ею вновь.

Укус клеща

Будьте внимательны! Своевременная профилактика и лечение укуса клеща, поможет вам избежать неприятных последствий, сохранит здоровье.

Выводы

- Не стоит поддаваться панике. Клещи – лишь одна из многих потенциальных опасностей, подстерегающих нас за порогом дома, и далеко не самая страшная. Соблюдая определенные правила, можно свести к минимуму риск быть укушенным клещом.
- Если все-таки вас укусили, не стоит пить горстями таблетки. Вероятность того, что вы заражены – невысока, а ударные дозы антибиотиков или

иммуноглобулинов без острой необходимости также могут привести к проблемам со здоровьем.

- При появлении на коже характерных признаков болезни Лайма или внезапной лихорадки через 2-3 недели после посещения мест, где полно клещей, следует немедленно обратиться к врачу.
- Следует здраво оценивать риски.

Как узнать, есть ли клещи в том районе, куда вы собираетесь поехать? Всю необходимую информацию вам предоставит приложение **MedAboutMe «Спутник в дорогу»**. Удобная программа, которую можно установить себе на смартфон, позволяет отслеживать «клещевую обстановку» в любом из регионов России на данный момент.