**Как уберечь себя от укусов клещей?**

**В разгар жаркой погоды и регулярных вылазок на свежий воздух мы часто забываем, что приятный отдых на природе или дачном участке может обернуться серьезными неприятностями для здоровья. С апреля по октябрь активными становятся маленькие, но очень опасные хищники - клещи! Ярославская область входит в число эндемичных регионов, где энцефалитные клещи встречаются чаще. Чтобы противостоять атаке этих кровососов, необходимо быть во всеоружии.**

Клещевой энцефалит - это острое инфекционное вирусное заболевание, поражающее нервную систему, переносчиками которого являются иксодовые клещи. Оно приводит к параличам, расстройствам памяти, интеллекта. Вирус клещевого энцефалита, как правило, передается человеку при укусе клеща или его раздавливании. Однако заразиться можно и при употреблении в пищу инфицированного сырого козьего молока.

Необходимо также помнить, что через укусы клещей передается клещевой боррелиоз (болезнь Лайма), поражающий не только нервную, но и сердечно-сосудистую систему, опорно-двигательный аппарат.

По данным Роспотребнадзора по Ярославской области на 22 неделе 2014 года за медицинской помощью в лечебно-профилоктические учреждения области по поводу присасывания клещей обратилось 664 человека, в т.ч. 135 детей.

С начала сезона за медицинской помощью по поводу присасывания клещей обратилось в 1,8 раза больше пострадавших, чем за аналогичный период прошлого года.

**Что делать, если присосался клещ?**

Впившегося клеща удаляют очень осторожно: сначала смазывают жирным кремом, вазелином или просто маслом. Примерно через 20 минут клеща берут пинцетом или обвязывают нитяной петлей, медленно раскачивают из стороны в сторону и вытягивают. Ранку необходимо обработать спиртовым раствором йода или другим антисептиком. Если же удалить его самим не удается, следует безотлагательно обратиться за помощью в травматологический пункт, поликлинику, приемные отделения больниц.

Клещ должен остаться целым - если он разрушится, вирусы точно попадут в кровь, даже если еще не успели попасть через его слюну. Лучше всего отнести клеща на анализ, чтобы установить, какие вирусы в нем есть и чего можно ожидать от укуса. В этом случае можно будет быстрее начать лечение и уменьшить риск осложнений. Насекомое следует поместить в герметичную емкость (сухой чистый стеклянный пузырек) и как можно быстрее доставить в лабораторию для исследования. Давить клеща нельзя, так как при этом вирусы тоже свободно распространяются.

При невозможности немедленной доставки клеща в лабораторию закрытый флакон допускается хранить в холодильнике, но более 2 суток с момента укуса клеща.

**Как уберечь себя от укусов клещей?**

Клещ может укусить человека в лесу или в парке, на дачном участке, попасть в дом вместе с принесенными из леса ветками, «приехать» на шерсти домашних животных и т. п. Большая часть клещей поджидает свою жертву на траве или на земле. Собираясь в лес, постарайтесь защитить себя от нападения клеща: наденьте одежду с длинными рукавами, плотно прилегающими к запястью; брюки заправьте в высокие сапоги (обувь должна закрывать тыл стопы и лодыжку, давая возможность заправить в нее одежду); обязательно наденьте одежду с капюшоном; одежду выбирайте светлую, чтобы легче было заметить клеща; обработайте одежду и открытые части тела репеллентом, отпугивающим клещей; передвигаясь по лесу, старайтесь держаться середины тропинки, остерегайтесь высокой травы и кустарника. Клещ долго ищет место для укуса, поэтому при длительном нахождении в лесу или на даче необходимо проводить само- и взаимоосмотры каждые 2 часа. При возвращении домой следует просмотреть одежду и тело и принять душ. Следует также осматривать домашних животных после прогулки в лесной полосе и городских парках.

При невозможности немедленной доставки клеща в лабораторию закрытый флакон допускается хранить в холодильнике, но более 2 суток с момента укуса клеща.

**Отделение информационного обеспечения деятельности МЧС России**

**Главного управления МЧС России по Ярославской области**

**Контакты: (4852) 30-42-81**