

УКУСИЛ КЛЕЩ: ЧТО ДЕЛАТЬ?

В апреле в нашей стране традиционно открылся новый эпидсезон инфекций, переносчиками которых являются кровососущие членистоногие. Самыми коварными из них считаются клещи: они нападают исподтишка и тихо делают своё дело, без боли, писка и жужжания.

Некоторые клещи являются переносчиками опасных болезней. Однако, это не повод для паники. Есть десятки способов защиты от клещевых инфекций и только 1 случай из 10 тысяч — стать жертвой болезни. Мы предлагаем вам вооружиться полезной информацией, которая поможет наслаждаться весенней природой, не опасаясь за собственную жизнь.

ЧЕМ ОПАСНЫ КЛЕЩИ?

Клещи являются источником десятков тяжёлых болезней во всём мире. Это следует учитывать, отправляясь на отдых или работу в экзотические страны. В пределах Российской Федерации реальную опасность представляют клещи-переносчики двух инфекций:

- весенне-летнего (клещевого) энцефалита;
- Лайм-боррелиоза.

Иногда, клещ оказывается заражённым сразу двумя этими инфекциями. По внешнему виду инфицированный клещ ничем не отличается от обычного.

Весенне-летний (клещевой) энцефалит — вирусная инфекция.

У 10–20% заболевших, энцефалит сопровождается тяжёлыми осложнениями и в единичных случаях может приводить к смерти. У остальных — энцефалит проходит в лёгкой форме, без последствий.

Энцефалитные клещи имеют определённый ареал распространения. Регионы, где постоянно находят инфицированных энцефалитом клещей, или возникают случаи болезни, называются эндемичными по энцефалиту. Заболеваемость в таких районах колеблется от 1,4 до 11 случаев на 100 000 населения. Людям, которые находятся вне этой территории, бояться энцефалита не стоит.

Специфического лечения от весенне-летнего энцефалита не существует. Однако есть ряд способов помочь организму одолеть инфекцию самостоятельно. Кроме того, для профилактики клещевого энцефалита успешно применяется вакцина, эффективность которой около 95%. Подробнее о клещевом энцефалите и способах защиты от него читайте в статье «Клещевой энцефалит».

Лайм-боррелиоз — это бактериальная инфекция.

Ареал распространения заражённых клещей несколько шире, чем энцефалитных. Заболеваемость в эндемичных по боррелиозу районах колеблется между 5–6 случаями на 100 000 человек в год.

Боррелиоз — болезнь менее опасная, чем энцефалит. В большинстве случаев, иммунной системе удаётся остановить и обезвредить возбудителей болезни Лайма — спирохет (боррелий). Однако, у 5–6 человек из 100 заражённых, иммунитет не справляется со своей задачей, и инфекция распространяется по организму, вызывая симптомы и поражая внутренние органы.

У части заражённых бактерии, сдерживаемые иммунной системой, не вызывают повреждений, но сохраняются в «дремлющем» состоянии. Предполагают, что спустя время, под действием неблагоприятных факторов, инфекция может активизироваться. Вероятность тяжёлых осложнений у больных клещевым боррелиозом пока достоверно не известна, так как случаи болезни Лайма на территории нашей страны стали регистрировать только с 1992 года.

Лайм-боррелиоз — излечимое заболевание. Для уничтожения бактерий используют антибиотики, однако, вакцина от него пока не разработана. Прочитайте подробнее о начальных симптомах клещевого боррелиоза, чтобы вовремя распознать их и обратиться за медицинской помощью.

КОГДА КЛЕЩИ НАИБОЛЕЕ ОПАСНЫ?

В нашей стране клещи активны только в тёплое время года: с апреля по октябрь, — это время принято считать эпидемическим сезоном. Наибольшее количество нападений клещей регистрируется весной и осенью.

Клещи чаще всего встречаются в лиственных лесах, на лугах и полях с густой травой, в зарослях лещины (орешника). Наибольшее скопление этих паразитов наблюдается в местах выпаса скота в сельской местности, а в городских условиях опасность представляют зоны выгула домашних животных. Таким образом, «поймать» клеща можно и в черте города, прогулявшись с домашним питомцем на городских пустырях, в лесопарках или на специальных «собачьих» площадках. Хотя риск нападения клещей на природе несравненно выше.

КАК ИЗБЕЖАТЬ УКУСА КЛЕЩЕЙ?

Даже если вы проживаете в регионе высокого риска по клещевым инфекциям, не стоит запирается дома и лишать себя возможности отдохнуть на природе. Соблюдая технику безопасности при посещении леса и других природных ландшафтов, вы сведёте вероятность нападения клещей к минимуму. Особенно тщательно нужно следовать описанным ниже правилам весной и в начале осени, когда активность клещей наиболее высока.

1. Используйте защитную одежду. Это может быть специально разработанная экипировка, типа противоэнцефалитных костюмов «Биостоп», «Мобула», «Тайга Проф Н» и др. Клещи, попавшие на поверхность таких костюмов попадают в механические ловушки, пропитанные акарицидом — ядом, и погибают. Специальные костюмы необходимы людям, чья работа связана с частым и длительным пребыванием в лесных и степных районах, а также рыбакам, охотникам и заядлым туристам.

Если вы выезжаете на природу изредка, можно вполне обойтись обычным гардеробом. Женщинам и детям удобно одеть на ноги плотные колготки, мужчинам — брюки, заправив их в высокие носки. Одежда должна быть с длинным рукавом, плотными манжетами и воротником. На голову нужно надеть бандану, косынку или капюшон, особенно детям.

2. Гуляя по лесу, старайтесь передвигаться по просекам или тропинкам, не задевая подлесок. Не ложитесь и не садитесь в траву. Для привалов и пикников выбирайте места со скудной растительностью, лучше в хвойных сухих лесах. В холодные и очень жаркие дни паразиты забираются в глубокие слои подстилки и практически не опасны. В благоприятную погоду — сидят на концах травинок и веточек и ждут, когда жертва

сама придёт к ним в «лапы». Помните, что клещи малоподвижны и нападают только с маленького расстояния, когда чувствуют тепло.

3. Желательно обзавестись репеллентами — веществами, отпугивающими насекомых и клещей. Обратите внимание, что для защиты от клещей подойдут только концентрированные средства.

- Как правило, для нанесения на открытые участки кожи используются различные препараты, содержащие ДЕТА (диэтилтолуамид) не менее 30%. Исключением являются средства для детей — они имеют меньшую концентрацию, но значительно уступают по эффективности и длительности действия. Строго соблюдайте инструкцию, напечатанную на флаконе, так как при неверном использовании, средства могут быть токсичными не только для клещей, но и для вас.
- Для нанесения на одежду, тенты и полои палаток применяют акарициды — ядовитые вещества, убивающие клещей. Акарициды очень токсичны. Их наносят только на одежду, перед тем как её одеть. Обычно акарициды изготавливаются на основе альфаметрина (альфациперметрина).

Помните, что репелленты и акарициды имеют определённый срок действия, который указывают на упаковке. Однако в сильную жару, при обильном потоотделении и других факторах их эффективность может снижаться.

4. Наконец, самым простым и надёжным способом защиты от укуса клещей является визуальный контроль. Известно, что клещ, прежде чем присосаться к коже, путешествует по телу не менее 2 часов, а иногда и значительно дольше. Поэтому возвратившись из леса, снимите одежду, хорошенько потрясите её над ванной. А затем внимательно осмотрите тело перед зеркалом. Хорошо, если кто-то из близких сможет вам помочь. Прежде всего ищите клещей в кожных складках, на тыльной стороне коленей, в паху, подмышками, на шее, за ушами, у женщин — под молочными железами, а у детей — в волосистой части головы.

Будьте бдительны, клещи могут иметь совсем крохотные размеры — не более пшеничного зёрнышка. Всех путешествующих по телу или одежде клещей необходимо сжечь, положив на пучок сухой травы или листок бумаги.

Клещи на домашних питомцах

Если вы держите дома собаку или кошку, которая гуляет сама по себе, обязательно проверяйте их на предмет клещей. Во-первых, наши четвероногие братья сами тяжело страдают от клещевых инфекций, например, от пироплазмоза — смертельно опасного для них заболевания. А во-вторых, кошка или собака нередко играет роль троянского коня, принося на своей шерсти паразитов прямо в дом.

Для животных существуют специальные ошейники, пропитанные химикатами, отпугивающими клещей.

КАК СНЯТЬ КЛЕЩА?

Что делать, если нападения клеща избежать не удалось? Прежде всего, не поддаваться панике, подавить в себе брезгливость и как можно скорее избавиться от паразита. Чем дольше клещ сосёт вашу кровь, тем выше вероятность заразиться инфекцией. Поэтому не стремитесь непременно доставить пострадавшего от клеща человека к врачу, берегите время! Вы вполне сможете справиться с этим мелким вредителем самостоятельно, даже в полевых условиях.

1. Обработайте «операционное поле» антисептиком. Это может быть спирт, йод, зелёнка, хлоргексидин и пр. Если ничего нет — не беда, просто как следует вымойте этот участок кожи водой с мылом.

2. Крепко ухватите клеща как можно ближе к поверхности кожи и медленно тяните его, перпендикулярно поверхности тела. Наберитесь терпения и не делайте резких движений. Вытягивание клеща может занять несколько минут.

Будьте осторожны, приложив излишнюю силу, легко оторвать клеща от кожи, оставив в ней чёрную точку — его ротовой аппарат, а вместе с ним — возбудителей возможных инфекций. Если такое произошло, можно попытаться извлечь остатки клеща с помощью прокалённой на огне иглы. Но, в большинстве случаев, это лишь причиняет боль. Просто обработайте ранку антисептиком. Спустя несколько дней кожа самостоятельно очистится.

Для удаления клещей существуют специальные устройства, которые можно купить в аптеке. Кроме того, можно воспользоваться пинцетом, чтобы крепче удерживать брюшко клеща во время удаления. Защищать руки перчатками или другими приспособлениями имеет смысл только при наличии на коже пальцев ран и свежих царапин.

3. После того, как удалили клеща, рекомендуется отвезти на анализ в лабораторию. Для этого паразита нужно поместить в герметичную ёмкость. Доставить клеща нужно живым, взяв с собой паспорт. В большинстве случаев — анализ платный. Однако в некоторых городах есть учреждения, где диагностику готовы провести бесплатно, тогда при себе нужно иметь полис ОМС и, в некоторых случаях, направление из поликлиники. За более подробной информацией обратитесь в территориальный фонд ОМС, где вам подскажут адреса «бесплатных» лабораторий.

Куда отнести клеща на анализ?

В Санкт-Петербурге клещей на анализ принимают по адресу: ул. Ольминского 27, ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Ленинградской области», Лаборатория особо опасных инфекций (с 9 до 16 часов кроме субботы и воскресенья). Тел. 8(812)448-12-31, 8(812)448-05-23, 8(812)448-05-11, e-mail: ooi@c gelo.ru; virus@c gelo.ru, сайт: www.c gelo.ru.

Чтобы узнать о подобных лабораториях в других городах, можно обратиться в региональный центр Роспотребнадзора или позвонить в скорую помощь.

Если в вашем регионе не регистрируются случаи клещевого энцефалита или боррелиоза, а также, если нет возможности доставить клеща в лабораторию, сожгите его или залейте кипятком.

Основные ошибки и заблуждения при удалении клеща:

1. Не подливайте масла и других жидкостей... Даже мёртвый клещ остаётся плотно прикрепленным к телу. Масло же делает процесс удаления клеща крайне сложным, так как его брюшко будет постоянно выskalъзывать из рук.

2. Никогда не прокалывайте брюшко клеща раскалёнными иглами, не пытайтесь сделать ему «больно». Обряды Вуду никак не облегчат вашу участь. Клещ сам не вылезет, даже если ему очень захочется. Но через поврежденный хитин, на кожу и ранку от укуса могут попасть инфицированные внутренности клеща, что повышает вероятность заражения.

3. Не крутите клеща, правило буравчика тут не работает. Свернув клещу «шею», вы лишь оторвёте его от ротовых органов, погружённых в тело. Ротовой аппарат,

после укуса, раскрывается под кожей наподобие якоря. Облегчить его удаление можно лишь слегка пошатывая клеща из стороны в сторону, как молочный зуб.

ПРОФИЛАКТИКА КЛЕЩЕВОГО ЭНЦЕФАЛИТА

Клещевой энцефалит — опасное заболевание, которое поражает нервную систему и в единичных случаях может приводить к смерти. Рискуют подвергнуться люди, проживающие в местах обитания энцефалитных клещей. У большинства заболевших энцефалит проходит без последствий. Более подробно о начальных симптомах и развитии заболевания можно прочитать в статье: [«Клещевой энцефалит»](#).

Если вы проживаете в регионе, эндемичном по клещевому энцефалиту, не были привиты от этой инфекции и подверглись нападению клеща, желательно как можно быстрее после его удаления обратиться к врачу. Врач расскажет вам о возможных методах ранней диагностики инфекции и о доступных методах профилактики заболевания в вашей ситуации.

Быстрые результаты (в течение 6–8 часов) даёт анализ на клещевой энцефалит, выполненный методом полимеразной цепной реакции (ПЦР). Для анализа нужно сдать кровь или доставить в лабораторию удалённого клеща. К сожалению, большинство учреждений обещают результаты анализа только через двое суток. Если подтверждается факт заражения, необходимо провести экстренную профилактику.

Экстренная профилактика — это введение человеку иммуноглобулина — готовых антител против вируса энцефалита, которые помогают иммунной системе уничтожить инфекцию. Иммуноглобулин наиболее эффективен в первые три дня после укуса, позже его действие значительно снижается. При развитии клинических признаков энцефалита (обычно, спустя две недели) иммуноглобулин также используют как лечебную меру, в комплексе с другими средствами. Прочитайте подробнее о [симптомах клещевого энцефалита и его лечении](#).

Существует также **плановая профилактика** энцефалита, которая рекомендуется всем жителям эндемичных по энцефалиту районов и тем, кто планирует их посещение в эпидсезон. Полноценная схема вакцинации от клещевого энцефалита состоит из трёх уколов. Первая и вторая прививка делаются с интервалом в 1–4 месяца (в зависимости от типа вакцины). Спустя две недели после второго укола иммунитет от энцефалита считается достаточным, для защиты от возможной инфекции. Чтобы иммунная защита продлилась дольше, через год после второй прививки делают третью — последнюю. Затем, каждые три года необходимо проводить однократную ревакцинацию, чтобы поддерживать в крови нужный уровень защитных антител. Вакцинация от клещевого энцефалита защищает человека от болезни на 95%. Оставшиеся 5% случаев обычно протекают в лёгкой форме.

К сожалению, вакцинация от клещевого энцефалита не финансируется государством, и за прививку приходится платить из собственного кармана. Однако, в некоторых регионах, расходы на вакцинацию полностью или частично берёт на себя муниципальный бюджет.

ПРОФИЛАКТИКА ЛАЙМ-БОРРЕЛИОЗА

Лайм-боррелиоз менее опасное, чем энцефалит заболевание. Вакцины от него пока не существует, однако болезнь хорошо лечится антибиотиками, если вовремя обратиться к врачу. Как узнать, есть ли риск заражения после укуса клеща?

Во-первых, вы можете привезти снятого с тела клеща на анализ в лабораторию, где его проверят на наличие боррелий. Но факт инфицированности клеща вовсе не означает, что вы наверняка успели заразиться. Чем быстрее вы сняли присосавшегося паразита, тем меньше риск заболеть.

Независимо от результатов анализа клеща, вам порекомендуют сдать на анализ собственную кровь. Первый анализ не имеет диагностического значения. Важны изменения показателей крови в динамике. Кровь необходимо будет сдавать несколько раз, как правило, в течение 3 месяцев, раз в две недели. Если будут отмечены признаки инфекции, вам назначат профилактику антибиотиками. Однако, если лабораторные анализы сразу же подтвердили наличие в клеще боррелий, врач порекомендует вам принимать профилактическую дозу антибиотиков в течение одного или нескольких дней, с последующими повторными анализами крови в течение 3 месяцев.

Если вы не обращались за медицинской помощью или отказались от профилактики антибиотиками, необходимо в течение месяца наблюдать за кожей в месте укуса. При развитии боррелиоза, у 70% людей на месте присасывания клеща образуется характерное пятно красного цвета, обычно в виде кольца, которое может постепенно увеличиваться до значительных размеров (кольцевидная эритема). Кроме того, на коже возникает чувство дискомфорта, потягивания, зуда.

Другими начальными симптомами боррелиоза являются:

- повышение температуры тела;
- простреливающие боли в различных частях тела и внутренних органах, особенно в ночное время;
- головные боли, слабость, вялость, снижение аппетита и работоспособности.

Такие симптомы однозначно свидетельствуют о развитии у вас болезни Лайма. Которая без лечения может приводить к хроническому поражению суставов, сердца и нервной системы. Обязательно обратитесь к врачу. Клещевой боррелиоз лечится антибиотиками.

РАЙОНЫ, ЭНДЕМИЧНЫЕ ПО КЛЕЩЕВОМУ ЭНЦЕФАЛИТУ

Клещи, являющиеся переносчиками вируса весенне-летнего энцефалита, встречаются лишь в определённых регионах нашей страны. По данным Роспотребнадзора, к таким районам относятся:

Сибирский федеральный округ:

- Алтай и большая часть Алтайского края;
- часть Бурятии;
- Большая часть Иркутской области;
- Кемеровская область;
- почти весь Красноярский край;
- часть Новосибирской области;
- часть Омской области;
- Томская область;
- большая часть республики Тыва;
- большая часть республики Хакасии;
- большая часть Забайкальского края;

Подробнее местах распространения энцефалитных клещей можно узнать в региональном центре Роспотребнадзора (в том числе, на официальном сайте) и на тематических ресурсах в интернете.

РАЙОНЫ, ЭНДЕМИЧНЫЕ ПО КЛЕЩЕВОМУ БОРРЕЛИОЗУ (БОЛЕЗНИ ЛАЙМА)

Эндемичными районами по клещевому боррелиозу считают:

- Ленинградскую, Тверскую, Ярославскую, Костромскую, Калининградскую, Пермскую, Тюменскую, Московскую области,
- а также Уральский, Западносибирский и Дальневосточный регионы.

Однако, каждый год ареал распространения заражённых боррелиями клещей расширяется, и случаи заболевания регистрируются практически по всей стране. За более подробной информацией вы можете обратиться в региональный отдел Роспотребнадзора или на тематические ресурсы в интернете.

Источник:

<https://napopravku.ru/advice/travmy-i-pervaya-pomoshch/nuzhno-li-boyatsya-kleshchey/>