



Программа школьной гигиены и безопасности

Клещи

Клещи — это мелкие кровососущие паразиты.

Некоторые виды клещей могут передавать заболевания людям.



Клещи обитают в местности с травянистой растительностью, кустарниками или деревьями и могут нападать на проходящих мимо животных и людей.

Попав на животное или человека, клещи впиваются ротовым аппаратом в кожу и начинают питаться кровью. Их тело увеличивается в размерах по мере того, как они потребляют все больше крови.

Клещи могут питаться от нескольких минут до нескольких дней.

С клещами можно столкнуться в течение всего года, однако наибольшую активность они проявляют в **весенние и летние** месяцы. Лучший способ не допустить укусов клещей — избегать мест, заросших кустарником или лесом.

Если вы будете находиться в местах обитания клещей, обязательно надевайте подходящую одежду:

- Носите длинные рукава, длинные брюки и высокие носки. Это позволит удержать клещей на внешней стороне одежды и не допустить их попадания на кожу.
- Носите одежду светлых тонов, чтобы клещей было легче заметить.
- Заправляйте рубашки в брюки, а брюки — в обувь или носки, чтобы клещи оставались на внешней стороне одежды.



Если вы были в районах обитания клещей, примите следующие меры:

Проверьте свое тело на наличие клещей. Проверьте одежду на наличие клещей.

- Прежде чем клещи начнут питаться, их размер может быть очень незначительным. Они могут выглядеть как новая веснушка или пятнышко грязи.
- Обязательно проверьте участки под волосами и вокруг них, на голове, шее, ушах, под мышками, внутри пупка, вокруг талии, между ног и под коленями.
- Продолжайте проверять в течение двух-трех дней.
- Проверьте одежду, в том числе верхнюю, и рюкзаки на наличие клещей. Они могут попасть в ваш дом на одежде, а затем присосаться к коже.
- Просушите одежду в машине на высокой температуре в течение 10 минут, чтобы убить клещей.

Примите душ.

- Принятие душа в течение двух часов может снизить риск заражения заболеваниями, переносимыми клещами.
- Принимая душ, вы можете смыть клещей, не успевших прикрепиться к вашей коже.

Удаление прикрепившихся клещей

Если вы обнаружили на коже клеща, удалите его как можно быстрее.

Не откладывайте это до визита к врачу.

- Используйте пинцет с тонкими кончиками, чтобы захватить клеща как можно ближе к поверхности кожи.
- Тяните вверх с равномерным усилием. Не крутите и не дергайте клеща.
- Удалив клеща, протрите место укуса и руки спиртом или вымойте их с мылом.

