

# Kleszcze, jak się przed nimi chronić?

## Co to są kleszcze?

Kleszcze to pajęczaki, które żywią się krwią ludzi i zwierząt. Do zakażenia człowieka dochodzi w czasie ukłucia, gdy następuje bezpośrednie wprowadzenie patogenów do krwi.



Wiosna i miesiące letnie powodują, że częściej korzystamy z różnych form wypoczynku na świeżym powietrzu np. w parkach, lasach, ogródkach działkowych, nosimy lżejszy ubiór. Wszystko to zwiększa ryzyko pokąsania przez kleszcze, które mogą przenosić groźne dla zdrowia, bakterie, wirusy i pierwotniaki.

## **BOLERIOZA I KLESZCZOWE ZAPALENIE MÓZGU**

to najbardziej znane i najczęściej diagnozowane w Polsce zachorowania, spowodowane ukłuciem zakażonego kleszcza.

**Bolerioza**, to wieloukładowa choroba zakaźna, będąca skutkiem ukłucia kleszcza i zarażenia bakteriami z grupy krętków *Borrelia burgdorferi*. Zakażenie boreliozą w pierwszej fazie przebiega bezobjawowo. Widoczne objawy w postaci okrągłego lub

owalnego rumienia o czerwonym zabarwieniu mogą pojawić się w ciągu kilku tygodni od ugryzienia. Objawy są niebolesne i zmieniają się wraz z upływem czasu, po czym całkowicie znikają. Zakażeniu towarzyszyć mogą również objawy grypopodobne oraz senność, zaburzenia równowagi. Jednak każde podejrzenie zakażenia należy skonsultować z lekarzem. **Boreliozę leczy się terapią antybiotykową wyłącznie pod kontrolą specjalisty.** Jeżeli u chorego nie występuje typowy rumień wędrujący, rozpoznanie boreliozy wykonuje się poprzez badanie krwi.

### **Profilaktyka**

**Obecnie brak jest szczepionki na boreliozę!** Jediną ochroną przed boreliozą jest unikanie pokłucia przez kleszcza tam, gdzie to możliwe. Kleszcze powinny być znajdowane i usuwane natychmiast! Podczas przebywania na łonie natury (tereny zalesione, łąki, parki, ogrody itd.) powinniśmy dokładnie osłaniać swoje ciało, stosować repelenty, a po powrocie do domu dokładnie obejrzyć swoje ciało. Pamiętajmy, że ukłucie przez kleszcza nie powoduje bólu, stąd możemy nawet nie zauważyć tego małego pajęczaka na naszym ciele.

**Kleszczowe zapalenie mózgu (KZM)** jest chorobą wywołaną przez wirus KZM. Wirus ten atakuje komórki nerwowe w mózgu oraz otaczające go struktury. Może przebiegać bezobjawowo, łagodnie lub ciężko, prowadząc do kalectwa, a nawet śmierci. Najczęściej do zakażenia dochodzi poprzez pokłucie przez kleszcza. Jest także możliwe zachorowanie wskutek spożycia surowego (niepasteryzowanego) mleka lub jego przetworów, pochodzących od krów, kóz, zainfekowanych wirusem. Objawy kleszczowego zapalenia mózgu występują dwuetapowo: w pierwszych tygodniach od ugryzienia mogą pojawić się objawy przypominające grypę (gorączka, bóle mięśni). Po kilku dniach od ustąpienia pierwszych symptomów dolegliwości wracają, dodatkowo towarzyszyć im mogą jeszcze inne, tj. nudności, utrata przytomności, zespół zapalenia opon mózgowo-rdzeniowych.

### **Profilaktyka**

**Jedynym, pewnym zabezpieczeniem przed zachorowaniem na kleszczowe zapalenie mózgu jest szczepienie!**, które uodparnia nasz organizm na tę chorobę. Zatem, aby bezpiecznie spędzać czas na łonie natury, warto zaszczepić się przeciw

KZM! Najlepiej zimą lub wczesną wiosną, przed pierwszym wzrostem aktywności kleszczy.

W Polsce, podobnie jak w pozostałej części Europy, z roku na rok obserwuje się rosnącą liczbę zachorowań na boreliozę. W 2017 r. w Polsce zgłoszono 21 516 przypadków boreliozy (dane są w trakcie weryfikacji i mogą ulec zmianie). Zapadalność wyniosła 56/100 tys. mieszkańców, 10,8% osób zdiagnozowanych zostało poddanych leczeniu w warunkach szpitalnych. Dla porównania w 2016 r. zanotowano w Polsce 21 200 przypadków boreliozy, przy zapadalności 55,2/100 000 mieszkańców i 12,4 % chorych skierowanych do hospitalizacji. Z kolei w 2015 r. odnotowano na terenie naszego kraju 13 625 przypadków boreliozy, przy zapadalności 35,4/100 000 mieszkańców, a 14% chorych hospitalizowano. Do roku 2012 liczba zgłoszonych przypadków boreliozy nie przekraczała 10 000 rocznie.

W 2017 r. największą liczbę rozpoznań boreliozy odnotowano w województwach: małopolskim, śląskim, mazowieckim, lubelskim, podlaskim, pomorskim oraz warmińsko-mazurskim.

### **Pamiętaj!**

Jak najwcześniejsze usunięcie kleszcza znacząco zmniejsza ryzyko ewentualnego zakażenia. Ocenia się, że nawet jeśli kleszcz był zakażony to w przypadku usunięcia go ze skóry do 12 godzin od momentu ukąszenia – liczba krętków boreliozy, która przedostanie się do organizmu człowieka będzie zbyt mała, aby spowodować zakażenie.

### **Ryzyko kontaktu z kleszczem można ograniczyć poprzez:**

- noszenie długich spodni (nogawki należy wpuścić do skarpetek), koszul z długim rękawem,
- stosowanie repelentów (preparaty odstrasżające) zgodnie z zaleceniami producenta nie należy wydłużać odstępów czasu pomiędzy ich stosowaniem, ponieważ ochrona staje się wtedy nieskuteczna.

**Zwykle nie czuć ukąszenia przez kleszcza, gdyż posiadają one w swojej ślinie specjalne substancje znieczulające, dlatego też:**

- po wizycie w lesie lub innym miejscu bytowania kleszczy należy dokładne obejrzeć całe ciało,

- wstępne oględziny należy zrobić jeszcze przed wejściem do domu, ponieważ kleszcze przyniesione w ubraniu do domu potrafią przeżyć w pomieszczeniach wiele miesięcy,
- następnie należy obejrzeć dokładnie zakryte części ciała, w tym również przejrzeć włosy u dzieci, po zauważeniu kleszcza, należy jak najszybciej go usunąć.

### Jak właściwie usunąć kleszcza?

- należy specjalnym zestawem do usuwania kleszczy lub pęsetą ująć kleszcza przy samej skórze i pociągnąć ku górze zdecydowanym ruchem, jak najmniej przy nim manipulować lub zgniatać,
- nie należy smarować kleszcza żadną substancją, aby nie zwiększać ryzyka zakażenia,
- miejsce ukłucia należy zdezynfekować,
- jeśli usunięcie kleszcza sprawia trudności lub nie mamy w tym wprawy, należy zwrócić się o pomoc do lekarza.

### Kiedy kleszcze rozpoczynają swoją aktywność sezonową ?

Gdy temperatury w ciągu doby przekroczą 5-7°C i jest wilgotno. Począwszy od marca po przebudzeniu ze snu zimowego muszą znaleźć żywiciela. Pierwszy szczyt aktywności sezonowej przypada na marzec-czerwiec, drugi zaś przypada we wrześniu. Aktywność kleszczy kończy się z chwilą obniżenia temperatury, średnia temperatura powietrza poniżej 5-7°C, co zazwyczaj w Polsce przypada w październiku i listopadzie. Jednak sezon aktywności kleszczy może być zaburzony poprzez anomalie występujące w przyrodzie, kleszcza można spotkać nawet w grudniu, gdy np. temperatury dobowe przekroczą 5-7°C.

### Sezon na kleszcza! GIS ostrzega!



Źródła:

<https://www.gov.pl/web/gis/kleszcze-jak-sie-przed-nimi-chronic>

[kleszcze.info.pl](http://kleszcze.info.pl)