

# Kleszcze – jak się przed nimi chronić

- Pamiętaj o odpowiednim ubraniu – na spacer po łące lub lesie zakładaj kurtkę lub koszulę z długim rękawem, długie spodnie oraz wysokie buty lub kalosze
- Wybieraj jasne ubrania, wówczas łatwo zauważysz kleszcza
- Stosuj preparaty odstraszające kleszcze, pamiętaj, aby przed użyciem zapoznać się z etykietą i zachować szczególną ostrożność podczas ich stosowania u dzieci
- Dokładnie obejrzyj skórę po powrocie ze spaceru

## Usuwanie kleszcza:

- Kleszcza uchwycić pęsetą tuż przy skórze, za przednią część ciała a następnie mocnym zdecydowanym ruchem pociągnij ku górze. Ranę starannie zdezynfekuj wodą utlenioną
- Pomocne w usuwaniu kleszcza są specjalne zestawy dostępne w aptekach lub pęseta
- Kleszcza nie należy zgniatać, wykręcać, smarować tłuszczem ani przypalać ogniem

## Po usunięciu kleszcza:

- Obserwuj miejsce po ukąszeniu, gdy pojawi się rumień, niezwłocznie udaj się do lekarza

