

# NIEBEZPIECZNE KLESZCZE



Kleszcze żyją powszechnie na terenie całej Polski w miejscach wilgotnych i obfitujących w roślinność. Można spotkać je w lasach (zwłaszcza liściastych i mieszanych), na podmokłych terenach porośniętych krzewami i trawami, na łąkach oraz nad brzegami rzek i jezior. Pojawiają się także w parkach i na działkach.

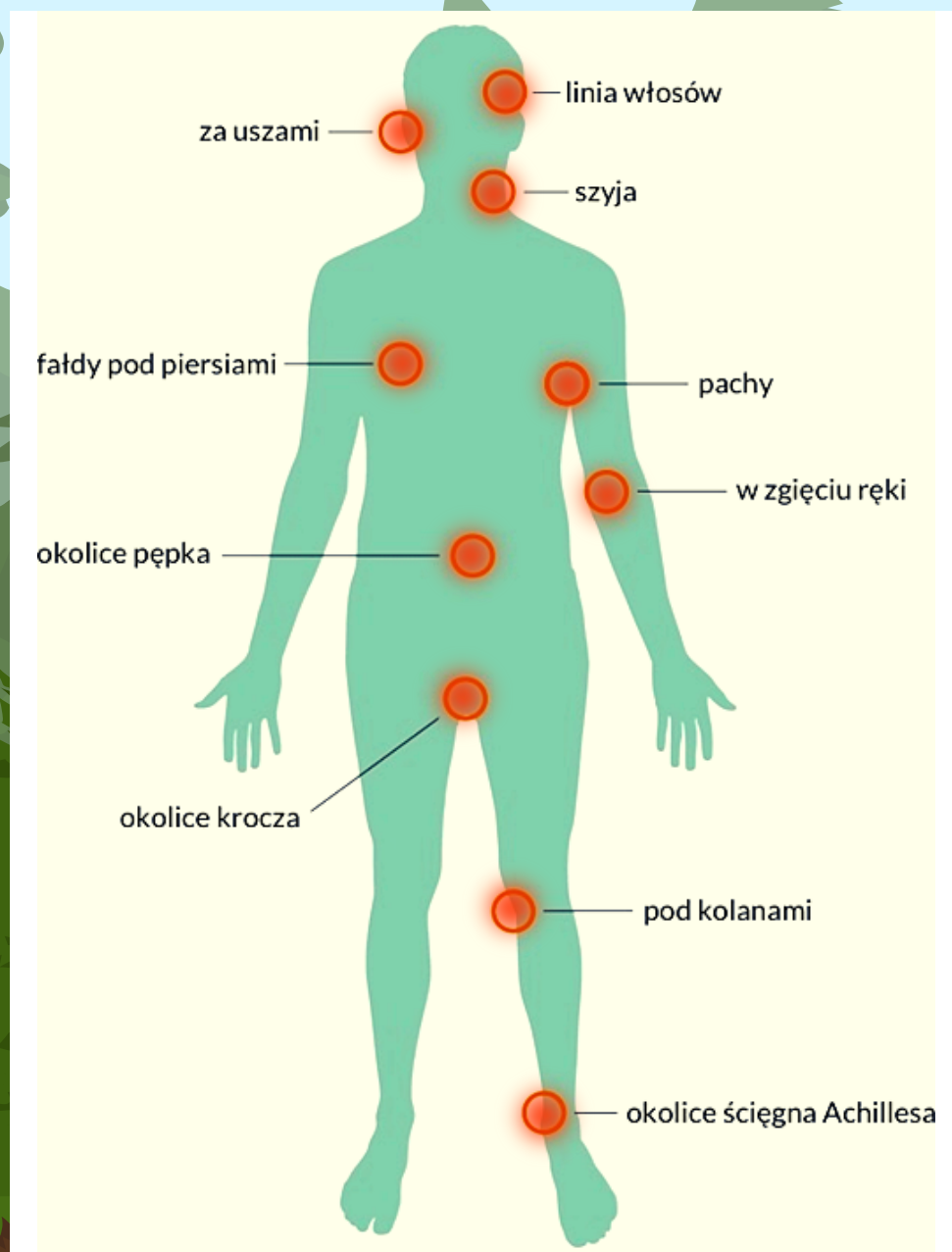


Aktywność kleszczy rozpoczyna się zwykle wczesną wiosną i trwa aż do późnej jesieni. Jest większa im wyższa jest temperatura i wilgotność otoczenia. Kleszcze żyją w ściółce i w poszukiwaniu swych żywicieli (zwierząt, ludzi) wspinają się na trawy i krzewy. Kleszcze żywią się krwią zwierząt i ludzi. W ślinie kleszcza znajdują się substancje znieczulające, z tego powodu nie poczujemy jego ukąszenia.

## GDZIE NAJCZĘŚCIEJ ZNAJDZIEMY KLESZCZA

Kleszcze mogą przenosić groźne dla zdrowia bakterie i wirusy wywołujące boreliozę i kleszczowe zapalenie mózgu.

Jeżeli na swoim ciele zobaczysz kleszcza, musisz go jak najszybciej usunąć, najlepiej w ciągu 24 godzin – im więcej czasu mija, tym większe jest ryzyko zakażenia się chorobami odkleszczowymi. Szczepionka przeciwko boreliozie nie istnieje, lecz możesz się zaszczepić przeciwko odkleszczowemu zapaleniu mózgu.

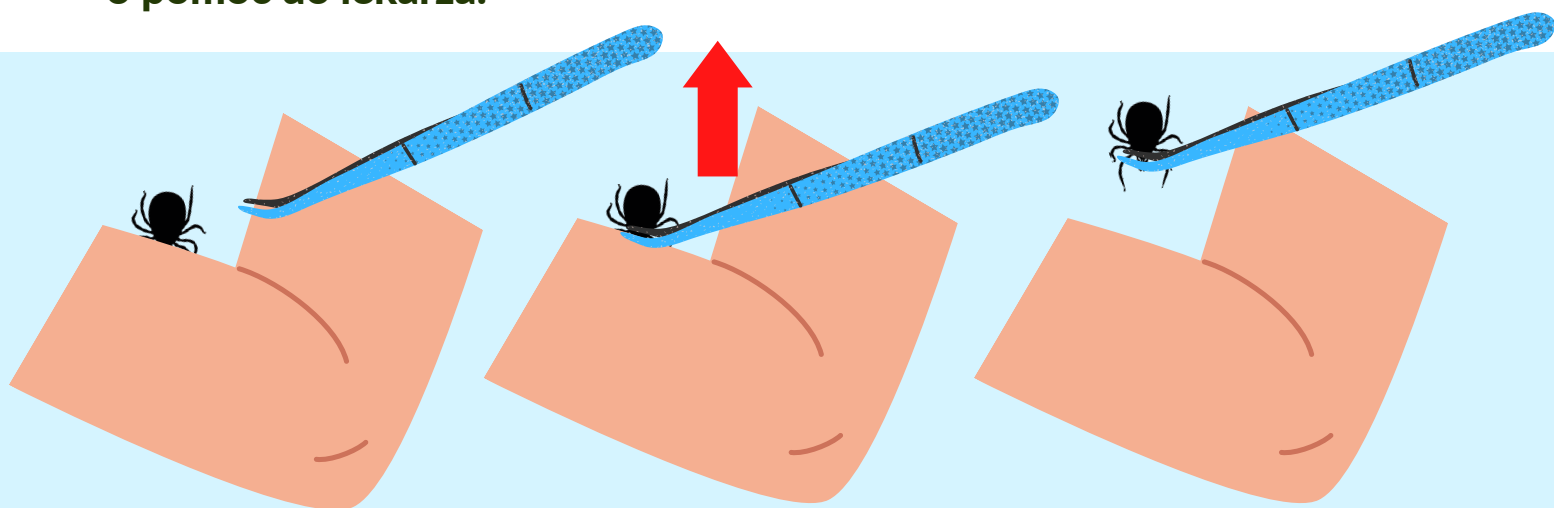


# JAK USUNĄĆ KLESZCZA ?



Po zauważeniu ukąszenia przez kleszcza, należy jak najszybciej, delikatnie usunąć. W tym celu należy użyć np. pęsety lub innego przyrządu do wyjmowania kleszczy.

- Należy pęsetą ująć kleszcza tuż przy skórze i pociągnąć ku górze zdecydowanym ruchem. Nie można ścisnąć kleszcza zbyt mocno, nie należy też go wykręcać lub próbować wycisnąć. Przed usunięciem kleszcza, nie powinno się smarować miejsca wkłucia żadną substancją.
- Po usunięciu kleszcza miejsce ukłucia należy zdezynfekować odpowiednim preparatem.
- Gdyby usunięcie kleszcza sprawiało trudności, należy zwrócić się o pomoc do lekarza.



## PRZED KLESZCZAMI NALEŻY SIĘ ZABEZPIECZYĆ

Wybierając się np. do lasu na wycieczkę lub na grzyby pamiętaj, żeby odpowiednio się ubrać i zabezpieczyć.

Ubierz się w bluzę lub kurtkę z długim rękawem



Załóż spodnie z długimi nogawkami zamiast szortów

Dobłą ochroną będą buty z wyższą cholewką i długie skarpety



Dobrze sprawdzi się środek odstraszający owady, który uchroni nas przed komarami i kleszczami. Pamiętaj, aby używać go zgodnie z instrukcją.

Czapka, kapelusz lub kaptur to dobre zabezpieczenie głowy

