

## Gdzie żyją kleszcze?

Środowiskiem życia kleszczy jest najczęściej ściółka leśna. Kleszcze upodobały sobie zwłaszcza wilgotne lasy mieszane z dominacją gatunków liściastych i bogatym poszyciem. Bytują również na obrzeżach lasów, w zagajnikach, wzdłuż ścieżek leśnych, na obszarach porośniętych wysoką trawą, zaroślami. Można je spotkać wszędzie tam, gdzie jest dość wilgotno, a w pobliżu znajdują się żywicele.



Ilustracja obrazująca przejście kleszcza na człowieka.

Wbrew wielu obiegowym opiniom, kleszcze nie żyją na drzewach i nie skaczą na przechodzących żywicieli. W ich poszukiwaniu wspinają się na trawy i krzewy, do około 120-150 cm. Dlatego „zbieramy” te pasożyty przechodząc i ocierając się o tę roślinność.

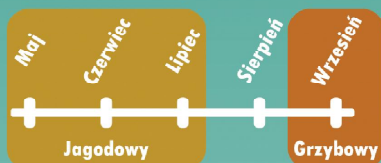
## Kiedy najłatwiej spotkać kleszcze?

### Szczyty aktywności kleszczy\*:

#### Dobowy



#### Roczne



(\* nazewnictwo wg dr. Michalaka)

## Jakie choroby są przenoszone przez kleszcze?

Jedną z chorób przenoszonych przez kleszcze jest **kleszczowe zapalenie mózgu (KZM)**. To groźna choroba dotycząca ośrodkowego układu nerwowego. Jej niebezpieczeństwo polega na tym, że w początkowym okresie może zostać nie rozpoznana, ponieważ objawy są mało charakterystyczne, przypominające grypę (wysoka temperatura ciała, bóle mięśni). Nie ma leczenia przyczynowego kleszczowego zapalenia mózgu, stosowane jest tylko leczenie objawów.

### Pierwszy etap

Pojawiają się objawy przypominające grypę: wysoka temperatura ciała, bóle mięśni.

Po kilku dniach ustępują, a osoba chora zaczyna czuć się dobrze.

Na tym etapie choroba może się zakończyć.

(2 - 4 tygodnie od ugryzienia przez kleszcza)

### Drugi etap

Pojawiają się gorączka, silny ból głowy, czasem poważne objawy neurologiczne. Może przebiegać w trzech postaciach:

- zapalenie opon mózgowo-rdzeniowych,
- zapalenie mózgu i opon mózgowo-rdzeniowych,
- zapalenie rdzenia, mózgu i opon mózgowo-rdzeniowych.

Jedną z form ochrony przed kleszczowym zapaleniem mózgu jest szczepienie. Nie uchroni ono przed ugryzieniem przez kleszcza, lecz przygotowuje organizm do walki z wirusem, który może być do niego wprowadzony wraz ze śliną pasożyta. Ma to niezwykle duże znaczenie, ponieważ KZM nie da się leczyć przyczynowo. Szczepienie przeciwko KZM jest szczepieniem zalecanym zgodnie z Programem Szczepień Ochronnych w Polsce z 2012 roku. W szczególności:

- zatrudnionym przy eksploatacji lasu,
- stacjonującemu wojsku,
- funkcjonariuszom straży pożarnej i granicznej,
- rolnikom,
- młodzieży odbywającej praktyki,
- turystom oraz uczestnikom obozów i kolonii.

Uwaga: zaszczepienie się przeciw KZM nie chroni przed innymi chorobami przenoszonymi przez kleszcze, w tym przed boreliozą!



Inną chorobą przenoszoną przez kleszcze jest **borelioza**, której pierwszym objawem u części zakażonych (ok. 40-60% przypadków) jest pojawienie się na skórze wokół miejsca żerowania kleszcza niebolesnego, czerwonego lub czerwonoawego, okrągłego lub owalnego, powiększającego się dość znacznie tzw. rumienia wędrującego.

Boreliozę leczy się za pomocą antybiotyków, czas trwania leczenia zależy od etapu choroby.

Oprócz KZM i boreliozy, ugryzienia kleszczy mogą być przyczyną wielu innych groźnych chorób.

## Sytuacje, które zwiększają ryzyko zakażenia chorobami odkleszczowymi to:

- aktywne spędzanie czasu na świeżym powietrzu,
- uprawianie turystyki pieszej lub rowerowej,
- jazda konna,
- zbieranie grzybów, jagód,
- polowanie, wędkowanie,
- weekendy lub wakacje na leśnej działce lub na wsi,
- pobyt dzieci na koloniach lub obozach letnich,
- praca lub hobby wymagające częstych pobytów w lesie lub na terenach zielonych,
- spacerowanie lub pikniki w lesie lub na łące,
- żeglarsstwo śródlądowe, turystyka kajakowa,
- spożywanie produktów mlecznych wytworzonych z niepasteryzowanego mleka.

