**Клещи. Опасность для человека.**

 Пришла долгожданная весна - время, когда снова можно выйти на лесные прогулки, и прогулки по высокой траве. Но будьте осторожны! Не только люди любят гулять там в это время года...

 Есть люди — настоящие магниты для клещей: куда бы они ни выбрались (пусть даже в облагороженный парк), обязательно принесут с собой несколько «квартирантов». Другим везет больше, и встречи с мелким кровопийцей удается длительное время избегать. Но как бы то ни было момент близкого знакомства с клещами произойдет у каждого — даже если не через себя, то благодаря родственникам или домашним животным.

 Итак, выясняем, как жить рядом с клещами, что делать, если в тебя уже впились эти красавцы, и можно ли вообще от них уберечься?

**Фантастические твари и где они обитают**

 Клещи, несмотря на свою свирепость и выживаемость, довольно чувствительны к температуре и влажности. Жаркая погода и прямые солнечные лучи — совершенно точно не их тема. А вот тенёк и сырость — лучшие друзья. Именно поэтому на подстриженном газоне этим членистоногим делать нечего. Теоретически выползти из леса или покинуть любимый куст для того, чтобы поохотиться «на равнине», клещ может, но проживать там постоянно он не будет.

 Клещи, зимовавшие под листьями, где температура около нуля, а влажность не менее 92%, просыпаются в марте и начинают потихоньку «раскачиваться». К маю-июню их голод и злость достигают максимума. Второй пик «нападений» приходится на раннюю осень, а примерно в ноябре кровопийцы засыпают.

 Клещи в зависимости от стадии развития будут занимать в природе разные ярусы: личинки закрепятся на высоте 10—15 см от уровня земли, нимфочки заберутся повыше. Взрослый клещ способен заползать на высоту одного метра и даже метра двадцати. Поэтому сплошные высокие заборы на дачах — это не только прихоть хозяев, но и реальный способ оградить себя от клещей. К слову, с веток деревьев клещи не падают, бояться этого не нужно. Носить же головные уборы в лесу рекомендуется для того, чтобы «подсевший» на уровне ног клещ, забравшись по телу вверх, не присосался где-нибудь в волосистой части головы.

 Клещи находят потенциальных хозяев по запаху, теплу тела, влаге, вибрациям и даже иногда по тени. Поскольку клещи не могут летать или прыгать, они ждут хозяев на верхушке трав и ветках кустарников. Когда животное или человек проходят рядом - клещи держатся за траву задними лапками, и вытягивают переднюю пару лап, пытаясь зацепиться за одежду, кожу или шерсть.

 При кормлении клещи не проникают под кожу. Они лишь прокусывают ее, сами же оставаясь на коже, но ротовой аппарат плотно прикрепляет клеща к коже, и его бывает непросто вынуть. При прокусывании кожи клещ выделяет специальное обезболивающее вещество, поэтому человек не чувствует момент укуса, однако позже локальное воспаление участка укуса может стать болезненным и потому заметным.

 Клеща довольно трудно заметить на своем теле в первые несколько суток от присасывания, если не искать его специально.

 После присасывания клещ начинает питаться. Иксодовому клещу для полного насыщения требуется одна-две недели. Если клеща не вырвать - он, наевшись, отвалится сам спустя этот срок, и приступит к следующей части своего жизненного цикла.

 Попавший на человека клещ может довольно долго путешествовать по телу в поисках самых нежных участков кожи. Излюбленные места для «внедрения» — подмышечная и паховая впадины, граница волос, за ухом.

 Если человек после возвращения из леса или парка внимательно не осмотрел себя, то впившийся клещ может долго — до 5—7 дней — оставаться незамеченным. И только когда он напьется крови (она нужна ему для продолжения рода) и под собственным весом начнет оттягивать кожу, «жертва» почувствует дискомфорт.

 При этом длительно задерживаются на человеке самки. Самцы же, как правило, сами отпадают через 1—3 дня. Порой человек замечает только место укуса, которое начинает зудеть и чесаться, а не самого клеща

 Проникнуть в дом клещи могут вместе с полевыми или лесными цветами: нарвал букетик — получи незваного гостя.

**Чем может заразить и что делать с извлеченной «тушкой»?**

 Укус клеща можно было бы отнести к досадной неприятности, если бы не хвори, которые кровопийца способен передать человеку. Клещевой энцефалит и болезнь Лайма (клещевой боррелиоз) — совсем не шутки.

 *В Беларуси энцефалит встречается редко, к тому же хорошо поддается лечению. С болезнью Лайма ситуация другая. Заразных клещей в целом по стране около 30%. И именно для предотвращения развития болезни Лайма в течение 72 часов после укуса клеща надо обязательно выпить антибиотик. К слову, заразиться клещевым энцефалитом можно и при употреблении некипяченого козьего, реже коровьего молока.*

 Речь идет о доксициклине (для детей старше восьми лет и взрослых), который, если принят вовремя и в правильной дозировке, в 97% случаев избавляет человека от проблем со здоровьем (зловредные 3% все же остаются). Важное уточнение: у человека не должно быть противопоказаний к данному препарату; после приема антибиотика около суток не рекомендуется находиться на солнце.

 *Самое первое, что нужно сделать, если вас укусил клещ, это успокоиться. Понятно, что ситуация неприятная, тревожная (особенно если клеща обнаружили на ребенке), но у вас в запасе есть трое суток, чтобы обезопасить себя.*

 *Удалить клеща можно обратившись к медикам (они же подскажут, как принимать антибиотик) или самостоятельно. Если вы решили действовать без посторонней помощи, очень важно правильно извлечь клеща, а затем обработать ранку. Помните: у него нет головы, клещ — это единое целое, у которого ротовой аппарат выведен наружу.*

 Т*акже в аптеках и магазинах продаются специальные приспособления для извлечения клещей, ими тоже удобно работать. Пригодится и пинцет, но не обычный, а очень тонкий и изогнутый — такой, чтобы можно было ухватиться как можно ближе к месту укуса. Очень важно не нажимать на брюшко клеща, так как вместо правильного извлечения мы получим эффект пипетки: все содержимое клеща будет впрыснуто в тело того, к кому он присосался,*

 Если вы увидели (или извлекли) клеща, есть очень большой соблазн раздавить его ногтями-руками. Но специалисты не рекомендуют этого делать: на коже могут быть микротрещины, через которые и произойдет инфицирование от уже «поверженного» врага. Поэтому лучше всего доставать кровопийцу, надев перчатки, а уничтожать — предав огню, так как клещи очень живучие и даже из воды могут выбраться благополучно.

 *Сдавать абсолютно всех клещей на анализ нет необходимости, это стоит делать только в том случае, если противопоказан антибиотик. Тогда в поликлинике вам выпишут направление, и клещ будет исследован бесплатно.*

 *Конечно, после укуса клеща человеку нужно вести наблюдение за состоянием своего здоровья. Даже если он принял антибиотик. Обращайте внимание на температуру, головные, неврологические боли, кардио- и ревматологические отклонения, на все необычное. Тревожным сигналом станет появление эритемы — красного пятна, которое растет и может мигрировать по всему телу. Если в течение полугода и даже года что-то подобное проявится, обязательно сообщите врачу, что вас когда-то укусил клещ.*

 Застраховать себя от встречи с клещом, конечно, нельзя, но вот предпринять определенные меры для минимизации шансов можно и нужно. Выбираясь на природу, старайтесь избегать заросших, сырых и темных мест. Если делаете стоянку в лесу, то выбирайте территорию, которая просвечивается солнцем.

 Правильно одевайтесь: вспомните, как наши бабушки ходили в лес — длинные рукава с манжетами, штаны, заправленные в носки, сапоги, головной убор. Это все совсем не лишнее. Обязательно обрабатывайте себя репеллентами, обращая внимание на информацию, размещенную на упаковке. Средство должно быть именно от клещей. Уточняйте также, можно ли его наносить на кожу или только на одежду.

 *Очень важно периодически осматривать себя и всю одежду. Скорее всего, численность клещей в природе будет только увеличиваться. Некоторые из них проявляют активность даже зимой — пусть это и редкие случаи, но они бывают. Поэтому бдительность терять не стоит.*

Материал подготовила инструктор-валеолог

Надежда Защеринская