**Статья:**

**Клещи атакуют**

***В России стартовал сезон клещей. О том, где можно поставить прививку от клещевого энцефалита и как оградить себя от последствий укуса паразита, рассказывает Сургутский филиал Центра медицинской профилактики.***

Вы когда-нибудь сидели на столь жесткой диете, что даже нелюбимые вами продукты или блюда становились желанными? Знаком ли вам такой голод, когда мысли о еде затмевают все другие чувства? Если да, то вы наверняка помните, как вам было тяжело в тот момент.

Приблизительно в таком же отчаянном положении находятся сейчас клещи: одинокие и голодные, только проснувшиеся после долгой зимы, они сидят в траве и тоскуют. Растопырив лапки, словно готовясь к объятиям, они устремляются навстречу к людям и животным в надежде утолить свой голод.

Несмотря на то, что весна только начала свое шествие по России, от укусов клещей уже пострадало почти 800 человек, и около 370 из них — дети. В Югре кровопийцы еще не пробудились, но жителям округа уже сейчас стоит задуматься о профилактике клещевого энцефалита.

\***С чем боремся?**

Маленькие, слабенькие клещи сами по себе не вызывают чувства угрозы: у них нет устрашающей внешности, они не имеют яркого окраса, острых клыков или длинных когтей. И в этом кроется их основная опасность – за внешней неприглядностью скрывается «богатый внутренний мир».

На территории Ханты-Мансийского автономного округа в большом количестве обитают иксодовые клещи — переносчики очень опасных заболеваний. От одного укуса этого паразита человек может заразиться:

* клещевым энцефалитом (сопровождается интоксикацией и поражением головного, спинного мозга и их оболочек)
* болезнью Лайма (боррелиозом; сопровождается лихорадкой, кожной сыпью, головной болью, может привести к поражению сердечно-сосудистой и нервной систем, суставов)
* туляремией (сопровождается лихорадкой, интоксикацией, поражением лимфатических узлов)
* и множеством других опасных инфекционных заболеваний.

Только представьте: всего одна вылазка на природу или прогулка по лесу может закончиться потерей здоровья, привести к инвалидизации и даже смерти.

**\*Защищаемся по плану**

Во всём, что касается клещей, не стоит полагаться на «авось». Лучше заранее подготовиться к опасному сезону. Придерживайтесь следующих советов, и это поможет вам сохранить здоровье и жизнь.

1. Прививайтесь! Самым эффективным методом защиты на сегодняшний день является вакцинация от клещевого энцефалита, пройти которую можно в поликлинике по месту жительства. Для выработки крепкого иммунитета используется двукратное введение вакцины с перерывом между первой и второй прививкой (подробней об этом вам расскажет врач). Спустя год проводится ревакцинация.
2. Собрались на природу? – Заранее продумайте гардероб. Минимум открытых участков кожи, одежда и головной убор из гладкой ткани светлых тонов, заправленные в носки или сапоги штаны – и вам будут не страшны настойчивые «ухаживания» маленьких паразитов. Помните, что клещи прячутся в траве, а не в листве деревьев, и они ползут по вам снизу вверх, а не наоборот.
3. Используйте репеллентные препараты, отпугивающие насекомых. Смажьте кожу защитными лосьонами или кремами, защищающими от укусов. Пока вы на природе, каждые 15-20 минут проводите осмотр одежды. После возвращения домой проверьте свое тело на наличие присосавшихся клещей, и не стесняйтесь попросить близких, чтобы они тоже провели вам осмотр: в таких местах, как затылок, область за ушами, под коленями вы можете просто не заметить или не нащупать паразита.

**\* На случай форс-мажора**

Отсутствует прививка от клещевого энцефалита и стали жертвой клеща? Как можно скорей обращайтесь за профессиональной медицинской помощью. Если вы житель Сургута, то вам помогут в Сургутской клинической травматологической больнице, расположенной по адресу: город Сургут, Нефтеюганское шоссе, 20. Больница работает круглосуточно.

Мы настоятельно рекомендуем обращаться за помощью именно к специалистам, а не заниматься самодеятельностью. НО если вдруг с вами приключится беда под названием «клещ», а попасть в больницу в течение ближайших трех часов вы не успеваете, делайте следующее:

- возьмите пинцет или оберните пальцы марлей либо бинтом и захватите впившегося в вас клеща как можно ближе к хоботку;

- начинайте аккуратно подтягивать насекомое, вращая его вокруг его оси (в любую удобную для вас сторону);

- после извлечения клеща (в большинстве случаев через 2-3 оборота) осмотрите и обработайте место укуса любыми имеющимися у вас бактерицидными средствами;

- клеща поместите в герметичную емкость для проведения лабораторных анализов на наличие у него возбудителей инфекций;

- как можно скорей отправляйтесь в больницу, где вам назначат соответствующее лечение.

Помните, ваше здоровье – в ваших руках. Берегите себя, а клещи пусть и дальше голодают.

*БУ «Центр медицинской профилактики» филиал в г. Сургуте*