



Sezon na kleszcze – chroń się skutecznie

Kleszcze to małe pajęczaki, występujące głównie w lasach, parkach, na łąkach, przydomowych ogrodach. Mimo, że są bardzo małe, mogą stanowić poważne zagrożenie dla zdrowia człowieka, ponieważ przenoszą groźne choroby zakaźne, takie jak borelioza oraz kleszczowe zapalenie opon mózgowych. W związku z tym ważne jest, by znać zasady profilaktyki oraz sposoby postępowania w przypadku kontaktu z kleszczem.

Te nie wielkie stawonogi najczęściej bytują:

- w wilgotnych i zacienionych miejscach,
- w wysokiej trawie,
- krzewach oraz niskich gałęziach drzew.

Wbrew powszechnemu przekonaniu nie spadają z wysokości, lecz czekają na swojego żywiciela, przyczepiając się do jego skóry w momencie kontaktu. Najaktywniejsze są od wczesnej wiosny do późnej jesieni, szczególnie w temperaturach umiarkowanych i przy wysokiej wilgotności powietrza.

Podstawową metodą ochrony przed kleszczami jest odpowiedni ubiór!

Dokładne zakrycie skóry utrudni kleszczom dostanie się pod ubranie. Podczas wykonywania prac w rolnictwie, zwłaszcza na terenach porośniętych trawą, zaroślami lub w pobliżu lasów, warto zadbać o odpowiedni ubiór:

- długie spodnie – najlepiej w jasnym kolorze, nogawki włożone w skarpetki lub cholewy butów,
- koszulę lub bluzę z długim rękawem,
- zakryte, pełne obuwie – najlepiej wysokie, stabilne,
- nakrycie głowy (czapka lub kapelusz).

Istotnym elementem profilaktyki jest także stosowanie środków odstraszających, czyli repelentów, które zawierają substancje zniechęcające kleszcze do kontaktu ze skórą.

Po każdym powrocie z terenów zielonych należy dokładnie obejrzeć całe ciało. Szczególną uwagę trzeba zwrócić na miejsca, gdzie skóra jest cienka i dobrze ukrwiona, m.in. pachy, pachwiny, zgięcia kolan i łokci, okolice uszu, kark i linia włosów oraz skóra głowy. Dobrą praktyką jest również wzięcie prysznicza oraz zmiana ubrań, co może pomóc w usunięciu kleszczy, które jeszcze nie zdążyły się wkuć.

Masz kleszcza? Sprawdź, co zrobić.

W przypadku zauważenia kleszcza wbitego w skórę należy go jak najszybciej usunąć. Najlepiej zrobić to za pomocą pęsety, specjalnej karty lub przyrządu dostępnego w aptekach. Kleszcza należy uchwycić jak najbliżej skóry i wyciągnąć zdecydowanym, prostym ruchem. Ważne jest, aby nie zgniatać jego odwłoka, ponieważ może to spowodować przedostanie się zakaźnej treści do organizmu.

Po usunięciu kleszcza miejsce ukłucia należy zdezynfekować i obserwować przez kilka tygodni. Szczególnie niepokojącym objawem jest pojawienie się charakterystycznego rumienia wędrującego, który może świadczyć o zakażeniu boreliozą. Inne objawy to gorączka, bóle mięśni, stawów oraz ogólne osłabienie organizmu. W przypadku ich wystąpienia konieczna jest konsultacja lekarska i ewentualne wdrożenie leczenia.

Warto również wspomnieć o możliwości szczepienia przeciwko kleszczowemu zapaleniu mózgu. Jest to skuteczna forma ochrony, szczególnie polecana osobom często przebywającym na terenach leśnych lub mieszkającym w rejonach o dużym występowaniu kleszczy. Szczepienie nie chroni jednak przed boreliozą, dlatego nadal konieczne jest stosowanie innych środków zapobiegawczych!

Podsumowując, kleszcze to realne zagrożenie dla zdrowia. Jednak dzięki odpowiedniej wiedzy profilaktycznej można zmniejszyć ryzyko ukąszenia oraz zakażenia. Kluczowe znaczenie ma odpowiedni ubiór, stosowanie środków odstraszających, dokładna kontrola ciała po powrocie z terenów zielonych oraz szybkie i prawidłowe usuwanie kleszczy. Świadomość zagrożeń i właściwe nawyki pozwalają bezpiecznie korzystać z uroków natury, minimalizując ryzyko chorób przenoszonych przez te groźne i niebezpieczne pajęczaki.

Patryk Kałka
Specjalista
KRUS OR we Wrocławiu