

# ОБЕРЕЖНО — КЛІЩІ! ЯК ЗАХИСТИТИСЯ ТА ЩО РОБИТИ, ЯКЩО ПОМІТИЛИ НА СОБІ КЛІЩА

Кліщі можуть траплятися в природі протягом усього року, проте найбільшу активність вони проявляють навесні та восени. У ці періоди варто бути особливо уважними, перебуваючи в місцях їхнього проживання — лісах, парках, на луках і навіть на подвір'ях. Найбільшу загрозу становлять іксодові кліщі, які можуть переносити небезпечні інфекції, зокрема бореліоз (хворобу Лайма) та кліщовий енцефаліт.

## ЧИМ НЕБЕЗПЕЧНІ ХВОРОБИ, ЯКІ ПЕРЕНОСЯТЬ КЛІЩІ

### Хвороба Лайма

Першим проявом хвороби Лайма є почервоніння на місці присмокування кліща, схоже на мішень (червоні кола), головний біль, ломота в усьому тілі та млявість. Якщо не провести лікування на ранній стадії, хвороба може призвести до ураження різних органів: шкіри, суглобів, м'язів, нервової й серцево-судинної системи, і навіть до інвалідності. Ризик інфікування залежить від тривалості присмокування кліща: протягом доби ймовірність інфікування досить мала, а в кінці третьої доби наближається до 100%.

У 2024 році в Україні було зареєстровано 5431 випадок захворювання людей на хворобу Лайма. У попередні роки захворюваність перевищувала три тисячі випадків щорічно. Найбільша кількість випадків хвороби Лайма торік була у Київській (570 випадків) та Полтавській (488 випадків) областях і в Києві (488 випадків).

### Кліщовий енцефаліт

Кліщовий вірусний енцефаліт починається з головного болю, гарячки, нудоти, блюоти, порушення сну. Це захворювання переважно вражає центральну нервову систему, що може призвести до інвалідності, а в окремих випадках — до смерті людини. Інфікуватися можна не лише під час кровосання кліща, але й випадково його розчавивши або якщо розчесати місце його укусу.

У 2024 році в Україні було зафіксовано два випадки кліщового енцефаліту.

## 5 ПРАВИЛ, ЯК НЕ СТАТИ ЖЕРТВОЮ КЛІЩА

Якщо вирушаєте у місце, де є висока ймовірність зазнати укусу кліща, дотримуйтеся таких простих правил захисту:

- перед прогулянкою нанесіть на шкіру або одяг репелент — засіб, що відлякує комарів і кліщів;
- правильно вдягайтеся: заправте штани в шкарпетки, носіть закрите взуття. Краще брати світлий одяг — на ньому кліщі помітніші;
- тримайтеся середини стежки, не заходьте в траву чи кущі — саме там кліщів найбільше;
- періодично ретельно оглядайте себе та ваших супутників, особливо дітей і собак;

- вдома повторіть огляд, зверніть особливу увагу складки шкіри та вкриті волоссям ділянки голови.

Цікавий факт - кліщі не “стрибають з дерев”. Насправді, кліщ не забирається на висоту вище за метр від землі, та чекає на носія, здебільшого, перебуваючи на траві або кущах.

Читайте: як правильно проводити огляд.

## **ЯКЩО КЛІЩ УЖЕ ПРИСМОКТАВСЯ**

Не крапайте на нього олію, спирт чи крем! Це може ускладнити видалення. Найкраще — зверніться до лікаря.

**Якщо такої змоги немає: видаліть кліща пінцетом або спеціальним інструментом:**

- найкраще підходить пінцет із тонкими загостреними кінчиками або спеціальний інструмент для видалення кліщів (продається в аптеках чи зоомагазинах);
- не підходить пінцет для брів (з тупими кінцями), бо може стиснути кліща й збільшити ризик зараження.

**Як видаляти кліща пінцетом:**

- обережно захопіть кліща якомога ближче до шкіри, намагаючись не торкатися його тіла, лише хоботка;
- потягніть повільно й рівномірно вертикально вгору. Не крутіть і не смикайте!
- якщо частини голови кліща залишились у шкірі, видаліть їх стерильною голкою або пінцетом.

**Як видаляти кліща інструментом:**

- обережно підсуньте інструмент під кліща якнайближче до хобота;
- припідніміть і повільно прокручуйте інструмент в один бік (за або проти годинникової стрілки) доки кліщ не відчепиться;
- не змінюйте напрямок обертання!

**Після видалення кліща:**

- обробіть місце укусу антисептиком (спирт, хлоргексидин тощо);
- ретельно вимийте руки з милом;
- кліща збережіть герметичній баночці або пакетику (живим або мертвим) на випадок, якщо лікар порекомендує здати його на аналіз.

**Як утилізувати кліща:**

- найбезпечніше — помістіть кліща в герметичний контейнер, щільно обернувши скотчем, змивши в унітаз або помістивши в спирт;
- не роздавлюйте кліща пальцями.

Коли звертатися до лікаря

Протягом трьох тижнів після укусу кліща спостерігайте за своїм станом. Якщо з'явилися почервоніння, гарячка, біль у суглобах, слабкість — зверніться до сімейного лікаря.

Якщо у місці укусу з'явилася «мішень» — почервоніння у вигляді кіл — це може бути ознакою хвороби Лайма.

Куди здати кліща на аналіз

В Україні кліща можна здати на аналіз до лабораторій Центрів контролю та профілактики хвороб (ЦКПХ) МОЗ. У всіх ЦКПХ є відділення, де проводять дослідження кліщів на наявність збудників, зокрема борелій (хвороба Лайма). Адресу і графік можна дізнатись на сайті або в соцмережах ЦКПХ вашої області. Аналіз платний.