**Как уберечь себя от укуса клеща?**

Активность клещей начинается в апреле, и заканчивается в ноябре. Самый пик приходится на май-август.

Находясь в лесу, надо стараться избегать влажных, затененных мест с густым подлеском и травостоем, без надобности не забираться в молодые поросли, где клещи встречаются чаще всего. Особенно много клещей по обочинам лесных троп и дорог.

В немалой степени защитить от клещей может правильно подобранная одежда, желательно светлых тонов, на которой проще заметить клеща. Лучше всего, если верхняя одежда будет изготовлена из болоневых и подобных ей гладких тканей, на которых клещу удержаться сложнее. Верхняя куртка, рубаха или футболка должны быть заправлены в штаны под резинку или ремень. Манжеты штанин надо притянуть к щиколотке с помощью резинок, кусков веревки, стебля травы или заправить в носки. Головной убор – капюшон, т.к. если надеть шапку, клещ может сползти вам за шиворот. Перед походом в места скопления клещей, обработайте одежду в местах возможного переползания клещей с одежды на тело отпугивающим клещей средством.

Во время прогулки как можно чаще осматривайте себя, хотя бы каждые 2-3 часа. По приходу домой также обязательно осмотрите свое тело или попросите это сделать кого-нибудь из близких.
Важно! Удалить клеща с ткани простым встряхиванием одежды невозможно.

**Куда кусают клещи?**

Клещи в основном кусают человека в местах с наиболее мягкими тканями кожи, к которым относятся: место за ушами, шея, внутренние стороны локтей, под мышками, живот, пах, внутренние стороны голеней, под коленями.

Укус клеща практически незаметен: насекомое вводит в ранку обезболивающее вещество. Поэтому обнаруживается клещ, как правило, не сразу.

**Если клещ обнаружен!**

Необходимо немедленно обратиться за медицинской помощью, в первые 72 часа для того, чтобы снизить риск заболевания клещевыми инфекциями.

Желательно не извлекать клеща самостоятельно, если же вы сами удалили клеща его необходимо положить в емкость и плотно закрыть крышкой, и отдать медперсоналу в приемном покое инфекционного корпуса. Клещ будет исследован в лаборатории на клещевые инфекции и при необходимости вам будет назначена специфическая экстренная профилактика клещевых инфекций, в т.ч. противоклещевым иммуноглобулином против клещевого энцефалита.



**Срочно обратитесь к врачу, если:**

* На месте укуса образовалось красное пятно;
* Увеличились лимфоузлы;
* Повысилась температура;
* Появились головные или мышечные боли;
* Появилась сыпь, по всему телу.

**В БУ «Окружная клиническая больница» помощь при укусе клеща оказывается в приемном покое инфекционного корпуса по улице Калинина 40. Также пройти в приемное отделение можно через улицы Ленина и Крупской.  тел. 390-410.**

**График работы – круглосуточно!**

*Информация*

*Пресс-центра Окружной клинической больницы*