



30 lat



ROLNIKU NIE DAJ SIĘ KLESZCZOM

„Rolniku nie daj się kleszczom!” – tak brzmi hasło kolejnej kampanii prewencyjnej KRUS, której celem jest profilaktyka chorób odkleszczowych, obecnie najczęściej odnotowywanych chorób zawodowych rolników.

Praca i życie na wsi narażają człowieka na zwiększony kontakt z kleszczami które, choć niewielkie, są nosicielami wielu groźnych chorób. Najczęściej przyczyniają się do zachorowań na boreliozę i kleszczowe zapalenie mózgu (KZM). W rolnictwie, leśnictwie, łowiectwie i rybactwie borelioza to najczęściej występująca choroba zawodowa zakaźna.

Kleszcz – poznaj swojego wroga

Kleszcze są stawonogami zaliczanymi do pajęczaków. Kleszcz pospolity, który przenosi choroby groźne dla zdrowia a nawet życia, to bardzo niewielki organizm – jego rozmiary w zależności od fazy życia wahają się od 1 do 5 mm. Samica kleszcza może złożyć nawet 20 tys. jaj, a następnie kleszcz, przechodzi przez trzy stadia rozwojowe: dwa młodociane – larwy i poczwarki (nimfy) oraz stadium dojrzałe (imago). Pajęczaki są bardzo odporne – głodne są w stanie przetrwać w odrętwieniu nawet 800 dni - żerują na ponad 300 gatunkach ssaków (w przewodzie na gryzoniach) i ptaków. Najbardziej niebezpiecznym stadium rozwojowym kleszczy są stadia młodociane. Pajęczaki w tej fazie są najbardziej agresywne i najtrudniejsze do zaobserwowania – ich ciało ma bardzo małe rozmiary i bywa niemal przezroczyste. Kleszcze większości z nas kojarzą się z lasami, ale spotkamy je niemal wszędzie: na łąkach, nad rzekami i jeziorami, w zaroślach a nawet na trawnikach w miastach i wsiach.



Uważaj cały rok

Zagrożenie ugryzieniem przez kleszcza dotyczy praktycznie terenu całego kraju. Aktywność kleszczy występuje między **majem a listopadem**, a najwięcej zachorowań notuje się w czasie żerowania nimf – od maja do sierpnia.

Najczęściej przenoszoną przez kleszcze chorobą jest **Borelioza**, jednak często dochodzi do zarażenia także innymi chorobotwórczymi mikroorganizmami przenoszonymi przez te pajęczaki (tzw. koinfekcji).

Lepiej zapobiegać niż leczyć!

Pomimo rozwoju medycyny nadal najlepszą metodą obrony przed boreliozą, KZM i innymi chorobami przenoszonymi przez kleszcze jest unikanie kontaktu z zakażonymi stawonogami. Ważne, by przestrzegać kilku prostych zasad, które pozwalają zapobiegać ukąszeniom, minimalizując ryzyko zachorowania na choroby odkleszczowe.

Aby zmniejszyć ryzyko ukąszenia przez kleszcza:

- możliwie szczelnie okrywaj ciało (koszula z długimi rękawami, spodnie z długimi nogawkami, kryte buty, wysokie skarpety – nie muszą być grube, żeby skutecznie ochronić – wskazane jest także nakrycie głowy); o odpowiedni strój zadбай zwłaszcza podczas prac polowych, pracy w lesie, zbierania owoców runa leśnego
- nie siadaj bezpośrednio na trawie, na zwałonych drzewach
- unikaj spacerów w wysokiej trawie, zaroślach – wybieraj przetarte ścieżki
- zachowaj szczególną ostrożność na terenach masowego występowania kleszczy i w sezonie ich wzmożonej aktywności
- stosuj środki odstrasżające kleszcze – zawsze zgodnie z instrukcją producenta,
 - uważnie sprawdzaj ciało swoje i swoich dzieci po powrocie do domu.



Mam kleszcza! Na pomoc!

Po każdym powrocie do domu należy dokładnie obejrzeć swoje ciało. Szczególnie uważnie trzeba sprawdzić miejsca najchętniej wybierane przez kleszcze – m.in. zgięcia łokci, kolan, pod pachami, w pachwinach, za uszami. Jeśli mimo stosowania odpowiedniej odzieży i środków odstrasżających znajdziemy kleszcza wbitego w skórę, należy go prawidłowo i szybko usunąć. Oto kilka prostych zasad:

Tak należy postąpić

1. Jeśli kleszcz znajduje się w trudno dostępnym miejscu, należy poprosić o pomoc drugą osobę.
2. Uchwycić kleszcza pęsetą lub specjalnym przyrządem do usuwania kleszczy.
3. Złapać kleszcza tuż przy skórze, możliwie najbliżej główki.
4. Pociągnąć lekko, ale zdecydowanie i prostopadłe do skóry, wyciągając kleszcza.
5. Dokładnie obejrzeć wyciągniętego pasożyta, sprawdzając czy nie został rozerwany (tj. czy ma głowę i odnóża).
6. Zgnieść kleszcza, wyrzucić go i dokładnie umyć ręce.
7. Przemyć miejsce po ukąszeniu środkiem dezynfekującym, a następnie przez kilka dni obserwować, czy nie pojawiają się niepokojące objawy (opuchlizna, rumień).

Tego nie należy robić

1. Nie smarować kleszcza tłuszczem – powoduje to wymioty kleszcza do wnętrza ciała człowieka lub zaatakowanego zwierzęcia.
2. Nie przypalać kleszcza, nie podrażniać go.
3. Nie łapać kleszcza w najgrubszym miejscu, za odwłok.
4. Nie wykręcać, nie szarpać na boki, ponieważ może to spowodować oderwanie części i pozostawienie np. główki w skórze.

Zapraszamy do odwiedzania strony www.krus@gov.pl gdzie dostępne są broszury prewencyjne oraz aktualne informacje związane z działalnością KRUS.