



PS-N-PZ/4810-4/7/19

Szczecinek, dnia 28.11.2019 r.

Panie/Panowie

wg rozdzielnika

Szanowni Państwo.

Kleszcze już zaczęły sezon, gdyż aktywności ich rozpoczyna się, gdy temperatura osiąga około 5-7 stopni Celsjusza. Sezon na kleszcze kończy się dopiero wraz z pierwszymi przymrozkami.

Nas na razie chronią ubrania, ale dla zwierząt kleszcze już teraz mogą być tak samo groźne, jak wiosną czy latem.

Od 2017 r. największą liczbę rozpoznań boreliozy odnotowano w województwach: małopolskim, śląskim, mazowieckim, lubelskim, podlaskim, pomorskim oraz warmińsko-mazurskim.

Pamiętaj!

Jak najwcześniejsze usunięcie kleszcza znacząco zmniejsza ryzyko ewentualnego zakażenia. Ocenia się, że nawet jeśli kleszcz był zakażony to w przypadku usunięcia go ze skóry do 12 godzin od momentu ukąszenia – liczba krętków boreliozy, która przedostanie się do organizmu człowieka będzie zbyt mała, aby spowodować zakażenie.

Naturalne sposoby ochrony ludzi przed kleszczami?

- Ponieważ kleszcze najbardziej aktywne są rano i późnym popołudniem, dlatego na spacer lepiej wybierać się koło południa. I chodzić środkiem ścieżek, z dala od przydrożnych traw i krzaków, bo wbrew utartej opinii kleszcze nie spadają z drzew, ale czają się właśnie w trawach i krzakach.
- Posmarować się olejkami, których zapachów kleszcze nie lubią, a są to: goździkowy, z drzewa herbacianego, tymiankowy, szalwiowy.
- Intensywna woń czosnku zmieszana z zapachem naszego potu to także dobra broń przeciwko komarom.
- Naturalną ochroną jest też higiena. Kleszcze wabi ludzki pot. Wabikiem są jednak także wody toaletowe i pachnące kosmetyki (szczególnie o zapachu wanilii lub kokosa). A więc mycie, ale bez użycia perfumowanych mydeł.
- Na pewno jakąś barierą dla kleszczy jest też odpowiednie ubranie: długie spodnie, długi rękaw, czapka z daszkiem lub kapelusz. Najlepiej w jasnym kolorze.
- Warto dbać też o dietę bogatą w witaminę B, która zmienia zapach potu na mniej przyjemny dla kleszczy. Nie może w niej zabraknąć pestek słonecznika, drożdży, zbóż..

Zwykle nie czuć ukąszenia przez kleszcza, gdyż posiadają one w swojej ślinie specjalne substancje znieczulające, dlatego też:

- po wizycie w lesie lub innym miejscu bytowania kleszczy należy dokładne obejrzeć całe ciało,
- wstępne oględziny należy zrobić jeszcze przed wejściem do domu, ponieważ kleszcze przyniesione w ubraniu do domu potrafią przeżyć w pomieszczeniach wiele miesięcy,
- następnie należy obejrzeć dokładnie również zakryte części ciała, w tym również przejrzeć włosy u dzieci, po zauważeniu kleszcza, należy jak najszybciej go usunąć.

Jak właściwie usunąć kleszcza?

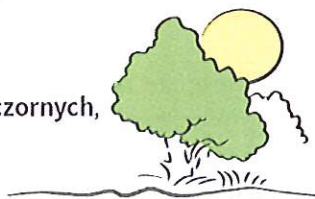
- należy specjalnym zestawem do usuwania kleszczy lub pęsetą ująć kleszcza przy samej skórze i pociągnąć ku górze zdecydowanym ruchem, jak najmniej przy nim manipulować lub zgniatać,
- nie należy smarować kleszcza żadną substancją, aby nie zwiększać ryzyka zakażenia,
- miejsce ukłucia należy zdezynfekować,
- jeśli usunięcie kleszcza sprawia trudności lub nie mamy w tym wprawy, należy zwrócić się o pomoc do lekarza.

Sezon na kleszcza! GIS ostrzega!



- najczęściej można go spotkać w trawie, chwastach, krzewach na spodniej stronie liści
- nie wspina się powyżej 1-1,5 m

- szuka żywiciela głównie w godzinach porannych i wieczornych, mniej w południowych, gdy mocno świeci słońce
- nie lubi upałów, woli cień



- po wyczuciu żywiciela spada na obuwie lub nieostrożnie nogi po czym aktywnie wspina się tam, gdzie skóra jest cieńsza i lepiej ukrwiona
- nie czuć gdy kłuje w skórę – posiada w swojej ślinie specjalne substancje znieczulające



Kiedy rozpoczynają swoją aktywność sezonowa?

Gdy temperatury w ciągu doby przekroczą 5-7°C i jest wilgotno. Począwszy od marca po przebudzeniu ze snu zimowego muszą znaleźć żywiciela. Pierwszy szczyt aktywności sezonowej przypada na marzec-czerwiec, drugi zaś przypada we wrześniu. Aktywność kleszczy kończy się z chwilą obniżenia średnia temperatura powietrza poniżej 5-7°C co zazwyczaj w Polsce przypada w październiku i listopadzie. Sezon aktywności może być zaburzony poprzez anomalie występujące w przyrodzie, kleszcza można spotkać nawet w grudniu, gdy temperatury dobowe przekroczą 5-7°C.

Większość naukowców wskazuje, że zmiany klimatyczne – głównie ciepłe zimy – przyczyniają się do zwiększenia liczebności kleszczy. Jest to powodowane głównie przez ich większą przeżywalność zimą, ale też wydłużenie ich aktywności w sezonie, a co za tym idzie - większą szansę na znalezienie żywicieli i reprodukcję.

Kleszczowe zapalenie mózgu (KZM) jest chorobą powodowaną przez wirus KZM. Wirus atakuje mózg i układ nerwowy człowieka. Zgodnie z szacunkami, prawdopodobieństwo zachorowania na KZM z powodu pokłucia przez kleszcza na obszarze ryzyka wynosi około 1 na 150. Wyliczenie to jest oparte na przypuszczeniu, że około 2 procent kleszczy na obszarze ryzyka jest zainfekowanych przez wirus KZM, lecz nie każda infekcja prowadzi do choroby. Wśród ludzi pokłutych przez zainfekowanego KZM kleszcza, tylko u jednej trzeciej rozwija się choroba. U większości ludzi infekcja nie wywołuje zauważalnych objawów choroby.

Nie każde zakażenie KZM prowadzi do poważnej choroby. Pewnym jest natomiast, że wiek zakażonej osoby jest ważnym czynnikiem, im starszy pacjent, tym poważniejsze KZM. Płeć również zdaje się mieć znaczenie, ponieważ KZM dwukrotnie częściej dotyka mężczyzn niż kobiety. Wyleczenie kleszczowego zapalenia mózgu nie jest obecnie możliwe. Nie ma znanych leków, które zwalczałyby wirusa. Leczenie KZM jest ograniczone do łagodzenia jego objawów, czyli uśmierzenia bólu i obniżania gorączki. Jedynym pewnym zabezpieczeniem przeciw KZM, na którym można polegać, jest szczepienie.

Objawy boreliozy są zróżnicowane, a niektóre z nich są podobne do innych chorób. Jednym z najczęstszych objawów boreliozy jest zaczerwienienie wokół miejsca wkłucia kleszcza rozszerzające się obwodowo (tzw. rumień wędrujący). Zaczerwienienie skóry w kształcie pierścienia lub owalnej plamy otaczające miejsce ukłucia przez kleszcza jest często obserwowane w ciągu pierwszych kilku dni do tygodnia.

Jednak rumień po ukłuciu kleszcza nie występuje u wszystkich pacjentów z boreliozą – dotyka około 40-60% zakażonych. Oprócz zmiany skórnej we wczesnych stadiach boreliozy mogą pojawić się bardziej ogólne objawy, takie jak zmęczenie, zawroty i bóle głowy. Następnie ujawniają się różne inne objawy boreliozy, najczęściej w postaci porażenia nerwu twarzowego, widoczne jako porażenie połowy twarzy. Inne rzadsze symptomy mogą obejmować bóle i problemy z sercem, zapalenie stawu (najczęściej kolanowego), aż po poważne zapalenie opon mózgowo-rdzeniowych.

Które miejsca na ciele są narażone na ukłucie przez kleszcza?

Kleszcze lubią miękkie, cieńsze i dobrze ukrwione obszary skóry. Można znaleźć je w dowolnym miejscu na ciele, jednak szczególnie lubią dwa punkty, które są narażone na ugryzienie kleszcza.

Ukłucia przez kleszcza nie wolno bagatelizować, mogą one zaatakować człowieka o każdej porze dnia, zarówno w godzinach porannych, jak i popołudniowych. Samo ugryzienie kleszcza jest bezbolesne i nie powoduje bólu, swędzenia oraz podrażnienia, dlatego po każdym spacerze w lesie, na łące lub parku należy dokładnie przyjrzeć się swemu ciału.

Jeśli kleszcze zostaną szybko usunięte, możliwe jest zapobiegnięcie infekcji boreliozą. Patogen powodujący boreliozę, bakteria *Borrelia burgdorferi*, przenosi się z jelita kleszcza do krwiobiegu człowieka w ciągu 12-24 godzin po rozpoczęciu pobierania pokarmu przez kleszcza. Niemniej jednak, ponieważ ukłucie kleszczy nie jest bolesne, często pozostaje niezauważone. Z tego powodu w wielu przypadkach kleszcze na ciele są trudne do zlokalizowania.

Kleszcze mogą występować w zasadzie w każdym miejscu na ciele.

Ukłucia kleszczy zostały opisane kolorem czerwonym w poszczególnych częściach ciała.

Dłonie, stopy, łokcie i głowa to obszary narażone na ukąszenie przede wszystkim u osób dorosłych.



Kleszcze mogą występować w zasadzie w każdym miejscu na ciele.

Ukłucia kleszczy zostały opisane kolorem czerwonym w poszczególnych częściach ciała.



Dłonie, stopy, łokcie i głowa, to obszary gdzie narażeni są przede wszystkim dorośli.

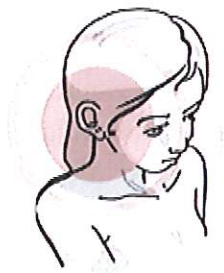


Trzy obszary narażone na ugryzienie kleszcza:



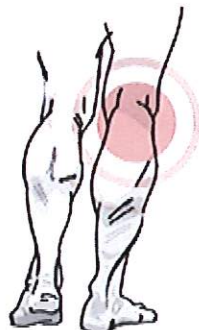
• OBSZAR I

Pachwiny, pośladki, pachy i wnętrze ramion. Ponadprzeciętna częstotliwość ukłuc u dorosłych i dzieci.



• OBSZAR II

Głowa i szyja dziecka są miejscami, które kleszcz atakuje najczęściej, podczas gdy u dorosłych stwierdza się bardzo niewiele pokłuc w tym obszarze.



• OBSZAR III

Zagłębienie pod kolanem. U dorosłych i dzieci ukłucia kleszczowe w tym miejscu są równie częste.

Najbardziej narażone na ukłucie przez kleszcza są szyja oraz zagłębienie stawu kolanowego, jednak kleszcze mogą wystąpić w dowolnym miejscu na ciele. Po spędzeniu czasu na łonie natury należy dokładnie obejrzeć całe ciało!

Szczepienia

Szczepienie przeciw kleszczowemu zapaleniu mózgu(KZM) jest skuteczną metodą zapobiegania tej chorobie.

Mimo, iż miejsca na ciele, które są najbardziej narażone na pokłucie przez kleszcza to szyja oraz zagłębienie stawu kolanowego, to jednak kleszcze mogą wystąpić w dowolnym miejscu na ciele. Po spędzeniu czasu na łonie natury, należy dokładnie obejrzeć całe ciało.

Najbardziej znany objaw infekcji pojawiający się po pokłuciu przez kleszcza to rumień w kształcie okręgu, który pojawia się dookoła miejsca pokłucia (rumień wędrujący). To typowy znak, że zostałeś zakażony kretkami borelii. Nie występuje w przypadku infekcji KZM.

Ponadto są również ogólne objawy wskazujące na infekcję: chorzy skarżą się na objawy grypopodobne, jak senność, gorączka, ból głowy i trudności z koncentracją.

Gdzie żyją kleszcze?

Kleszcze występują w całej Europie. Wolą zamieszkiwać na skrajach lasów, puszczy i polan, ale także w miejskich parkach czy ogrodach. Często wybierają ścieżki i trakty którymi przemieszczają się zwierzęta i ludzie.



Jak mam się chronić przed kleszczami?

- Unikaj miejsc endemicznych,
- Odpowiednio się ubieraj,
- Stosuj repelenty,
- Oglądaj skórę i zmieniaj ubranie tuż po przyjeździe z lasu,
- Zadbaj o szczepienie.

Na pokłucie przez kleszcza naraża nas biwakowanie, jazda rowerem, spacer po lesie zbieranie grzybów i jagód, bieganie, piesze wycieczki oraz przebywanie w miejscach gdzie roślinność sięga tylko do kostek lub kolan.

Państwowy
Powiatowy Inspektor Sanitarny
w Szczecinku
mgr Wiesław Kuliś



Powiatowa Stacja Sanitarno – Epidemiologiczna w Szczecinku

Ul. Ordona 22, 78-400 Szczecinek tel. 94 374 05 59, fax: 94 365 82 61

Otrzymują :

1. Placówki medyczne powiatu
2. Urzędy powiatu
3. Placówki szkolne
4. Lokalne media
5. a/a

Sporządziła : Izabela Jadwiźyc