

**Małe
ugryzienie,
duże
zagrożenie**

AUĆ! COŚ MNIE UGRYZŁO!
CO ROBIĆ?



- **Ukąszenia komarów** nie wiążą się zazwyczaj z dużą reakcją alergiczną. Miejsce ugryzienia wystarczy zdezynfekować, ewentualnie posmarować żelem łagodzącym skutki ukąszenia.
- **Użądlenia takich owadów, jak pszczoły czy osy**, są zazwyczaj niegroźne, ale niektóre osoby są silnie uczulone na ich jad. Jeśli widzisz, że ktoś ma objawy wstrząsu anafilaktycznego, natychmiast dzwoń po pogotowie.
- **Skutki ukąszenia lub użądlenia można zmniejszać także domowymi sposobami**, np. okładami z octu. Zazwyczaj jednak tak czy inaczej musimy znieść opuchliznę przez kilka dni.
- **Kleszcze nie gryzą, natomiast wkręcają się w naszą skórę za pomocą specjalnego aparatu gębowego.** Wkręconego kleszcza należy jak najszybciej usunąć odpowiednim narzędziem (dostępne są w aptekach różne przyrządy do wyciągania kleszczy), a miejsce po kleszczu zdezynfekować.
- **W wypadku ukąszeń najlepsza będzie profilaktyka:** możemy korzystać z różnych preparatów odstraszających kleszcze i komary, odpowiednio się ubierać, a jeśli chodzi o owady żądłące - nie prowokować ich do ataku.

GDZIE ŻYJĄ KLESZCZE?

w lasach liściastych
i mieszanych

na obszarach
trawiastych

w gęstych zaroślach,
paprociach

na terenach
zieleni miejskiej



- **Kleszcze stały się już aktywne. Uważajmy na nie wybierając się na spacer do lasu, parku lub na łąkę. - Po powrocie dokładnie oglądajmy swoje ciało, sprawdzajmy też dzieci i nasze czworonogi, bo te pajęczaki są dla nas wszystkich zagrożeniem - ostrzega na swojej stronie sanepid.**
- GIS, czyli Główny Inspektor Sanitarny, zaznaczył, że ukłucie kleszcza nie boli, a można go znaleźć najczęściej tam, gdzie skóra jest najdelikatniejsza, czyli na rękach, nogach, w zgięciach stawów, w pachwinach, fałdach skórnych oraz głowie – na granicy włosów i za uszami.
- Kleszcze stanowią zagrożenie nie tylko dla ludzi, ale także atakują psy i koty. - Oglądajmy dokładnie także skórę naszego pupila!
- W Polsce do chorób przenoszonych przez kleszcze należą: borelioza i kleszczowe zapalenie mózgu (KZM), przeciw tej ostatniej chorobie można się zaszczepić.
- - Najczęstszym objawem boreliozy jest rumień, który możemy zaobserwować nawet po kilku tygodniach od ugryzienia. Każdy z niepokojących objawów należy skonsultować z lekarzem

DLACZEGO KLESZCZE SĄ GROŹNE?



ukłucia kleszczy często prowadzą do powstania zmian skórnych

mogą przenosić bardzo groźne choroby zakaźne

w Europie kleszcze przenoszą boreliozę i kleszczowe zapalenie mózgu



Ministerstwo Zdrowia

JAK USTRZEC SIĘ PRZED UKŁUCIEM KLESZCZA?



odpowiedni ubiór -
czapka, długie spodnie,
koszula lub bluza
z długimi rękawami
(przylegające
do ciała lub zakończone
ściągaczami)
oraz zakryte buty



**odpowiedni kolor
ubrania** – na jasnej
odzieży łatwo zauważyć
wędrujące kleszcze



**stosowanie
produktów
odstraszających
kleszcze** (nanoszonych
bezpośrednio
na skórę lub odzież)



CO ROBIĆ, GDY ZOBACZYSZ, ŻE UKŁUŁ CIĘ **KLESZCZ?**



1. Przygotuj plastikową pęsetę i wodę utlenioną lub 40% alkohol do dezynfekcji



2. Chwyć kleszcza tuż przy skórze, za przednią część ciała i zdecydowanym ruchem pociągnij ku górze



3. Dokładnie umyj ręce i zdezynfekuj miejsce ukłucia



4. Obserwuj miejsce po ukłuciu

Pamiętaj! Nie można wykręcać kleszcza bezpośrednio palcami ani za pomocą substancji natłuszczających. Jeśli nie potrafisz właściwie usunąć kleszcza, zgłoś się do lekarza.

KLESZCZE MOGĄ PRZENOSIĆ BORELIOZĘ



po około **10–14 dniach**
od ukłucia mogą się
pojawić **pierwsze**
objawy chorobowe



zmiany skórne
w postaci
pierścieniowatego
rumienia wędrującego
są typowym objawem
boreliozy



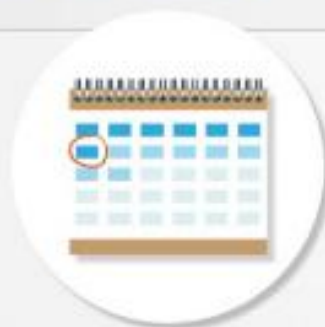
Pamiętaj! Każde
podejrzenie zakażenia
należy skonsultować
z lekarzem.



KLESZCZE MOGĄ PRZENOSIĆ KLESZCZOWE ZAPALENIE MÓZGU



do zakażenia dochodzi
w ciągu kilku
pierwszych minut
wysysania krwi przez
kleszcza



objawy występują
po około 7-14 dniach
od kontaktu
z kleszczem



objawy mają charakter
grypopodobny
i trwają przez tydzień

Jedynym skutecznym sposobem zapobiegania kleszczowemu zapaleniu mózgu i jego następstwom są **szczepienia ochronne**.



CZY WIESZ, ŻE KLESZCZE...?

PRZENOSZĄ WIELE GROŹNYCH
CHORÓB NP.: ANAPLAZMOZĘ,
LEISZMANIOZĘ, BORELIOZĘ
CZY BABESZJOZĘ

SĄ NIEBEZPIECZNE POD
KAŻDĄ POSTACIĄ (LARWY,
NIMFY I OSOBNIKA
DOROSŁEGO).



MOŻESZ SPOTKAĆ NIE TYLKO
W LASACH I NA ŁĄKACH,
LECZ TAKŻE NA TRAWNIKACH,
W PARKACH CZY
PRZYDOMOWYCH OGRÓDKACH.

SĄ AKTYWNE NIE TYLKO
WIOSNĄ I LATEM, LECZ
TAKŻE JESIENIĄ I ZIMĄ.

NALEŻY JAK NAJSZYBCIEJ
USUNĄĆ ZA POMOCĄ PĘSETY

UWAGA KLESZCZE!

Klimat sprzyja
populacji kleszczy.
Zachowaj zdrowie
chroniąc się przed nimi!



Jak właściwie usunąć kleszcza:

1. Kleszcza usuwamy niezwłocznie po zauważeniu, aby zminimalizować ryzyko zakażenia groźną chorobą.
2. Do usunięcia kleszcza stosujemy **pęsetę** lub **przeznaczony do tego celu przyrząd**.
3. Chwytny kleszcza, **jak najbliżej skóry**, za przednią część ciała i pewnym ruchem pociągamy ku górze.
4. Ranę po ukąszeniu dokładnie **oczyszczamy środkiem dezynfekującym**.
5. Miejsce po ukąszeniu **obserwujemy przez kilkanaście dni**, zwracamy również uwagę na ogólne samopoczucie.



Dowiedz się więcej na www.gis.gov.pl



WARTO WIEDZIEĆ O KLESZCZACH

W Polsce występuje 19 gatunków kleszczy. Najczęściej ludzi atakują kleszcze pospolity i łąkowy

Aktywność kleszczy trwa od marca do listopada

Ulubione miejsca kleszczy to łąki przy lesie i nad stawami, polany oraz zagajniki

Są nosicielami groźnych wirusów, bakterii i pierwotniaków. Dwie najgroźniejsze choroby odkleszczowe to borelioza i kleszczowe zapalenie mózgu.

Kleszcze żyją też miastach, w parkach i ogródkach

Już przy temperaturze 5 st. C kleszcze wychodzą na żer i atakują

CHROŃ SIĘ PRZED KLESZCZEM



W lesie noś jasną kurtkę, żeby zobaczyć kleszcza. Koniecznie z kapturem



Stosuj środki odstraszające kleszcze



Po powrocie z lasu lub łąkiobejrzyj dokładnie ciało



Zaszczep się przeciw pryszczowemu zapaleniu mózgu



- 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 nieostłonięte 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.

NATURALNY

spray na owady



butelka
z atomizerem

+



100 ml
wody

+



olejki eteryczne



KLESZCZE

5 kropli olejku tymiankowego/szałwiowego
10 kropli olejku z drzewa herbacianego
20 kropli olejku z trawy cytrynowej

5 kropli olejku paczulowego
10 kropli olejku z drzewa herbacianego
20 kropli olejku z pelargonii



MUCHY

5 kropli olejku lawendowego
10 kropli olejku z mięty pleprzowej
20 kropli olejku z trawy cytrynowej



MRÓWKI

30 kropli olejku miętowego
30 kropli olejku goździkowego



KOMARY

5 kropli olejku cytrynowego
10 kropli olejku eukaliptusowego/bazyliowego/
goździkowego
20 kropli olejku cytronelowego

5 kropli olejku z pelargonii (geraniowy)
10 kropli olejku lawendowego
20 kropli olejku cytronelowego