**CHROŃ SIĘ PRZED KLESZCZAMI WSZYSTKIMI SPOSOBAMI.**



GDZIE ŻYJĄ KLESZCZE?

Kleszcze żyją w strefie przygruntowej, w miejscach lekko wilgotnych i obfitujących   
w roślinność. Znajdują się na spodniej stronie liści lub na gałęziach w pobliżu ścieżek, po których chodzimy. Wbrew temu jak często się twierdzi, kleszcze nie spadają z drzew. Stają się aktywne, gdy temperatura przekroczy 8 stopni C.

W JAKI SPOSÓB KLESZCZE PRZENOSZĄ CHOROBY?  
Kleszcze w czasie ukłucia przekazują do krwi ludzi bakterie i wirusy, które mogą wywołać groźne choroby zakaźne. Ukąszenie kleszcza jest bezbolesne, ponieważ ślina kleszcza zawiera wiele substancji biochemicznych, w tym substancje łagodzące ból, które powodują, że nie czujemy ukłucia.

JAKIE CHOROBY SĄ PRZENOSZONE PRZEZ KLESZCZE?  
W Europie, w tym w Polsce, jest to przede wszystkim borelioza – choroba bakteryjna oraz kleszczowe zapalenie mózgu. Na świecie istnieje ponad 50 innych chorób przenoszonych przez kleszcze. Większość z nich występuje jednak bardzo rzadko.

CO MOGĘ ZROBIĆ, ABY UNIKNĄĆ UKĄSZENIA PRZEZ KLESZCZA?

W ochronie może pomóc ubranie zakrywające ciało. Unikaj wysokich traw, zarośli  
 i poszycia lasu. Po powrocie do domu z wyjazdu czy wycieczki należy dokładnie obejrzeć ciało. Zwracać należy uwagę na miejsca takie jak: okolice głowy, nogi, ramiona, pośladki.

JAK USUNĄĆ KLESZCZA?  
Jak najszybciej , aby zapobiec przeniesieniu się z kleszcza kolejnych czynników chorobotwórczych! Należy usuwać go za pomocą wąskich szczypczyków (pensety) , umieszczając je jak najbliżej skóry. Kleszcza usuwamy delikatnym ruchem równoległym   
do osi wkłucia.

*(Opracowanie na podstawie materiałów zawartych w programie edukacyjnym  
 „Chroń się przed kleszczami wszystkimi sposobami”.)*