



Program edukacyjny dotyczący profilaktyki chorób odkleszczowych dla placówek wychowania przedszkolnego jest realizowany w naszym przedszkolu od kilku lat. Dzieci zdobywają wiedzę na temat miejsc występowania kleszczy i zagrożeń związanych z ugryzieniem przez te pajęczaki, poznają sposoby przenoszenia się kleszczy na zwierzęta i ludzi, poznają sposoby zapobiegania atakom kleszczy i ochrony przed przenoszonymi przez nie chorobami, uświadamiają sobie potrzebę stosowania profilaktyki.

Kleszcze to stawonogi z gromady pajęczaki i podgromady roztocza. Możemy je podzielić na **kleszcze twarde**, których ciało częściowo pokryte jest twardym pancerzem, oraz **kleszcze miękkie**, które wspomnianego pancerza nie posiadają. **Poprzez ukłucie – mogą przenosić bardzo groźne choroby zakaźne. W Europie do takich chorób należą borelioza i kleszczowe zapalenia mózgu.**



Gdzie żyją kleszcze?

Kleszcze żyją w strefie przygruntowej, w miejscach lekko wilgotnych i obfitujących w roślinność. Znajdują się na spodniej stronie liścia lub gałęziach w pobliżu ścieżek, po których chodzimy. Kleszcza możemy „złapać” przechodząc obok niego. Gdy tylko temperatura przekroczy 8 °C kleszcze stają się aktywne.



Kleszcze mogą przenosić choroby:

- **Borelioza**

Liczba zachorowań na boreliozę z roku na rok zdecydowanie rośnie. Pierwsze objawy chorobowe mogą pojawić się po około 10 – 14 dniach od ukłucia. Typowym objawem boreliozy są zmiany skórne w postaci pierścieniowatego rumienia wędrującego, który występuje u ok. 40 do 50% chorych. Typowy rumień ma średnicę przekraczającą 5 cm. Początkowo ma on kształt koła o średnicy 1 – 1,5 cm, które się powiększa, blednie od środka i zanika. Rumień nie zawsze jest widoczny. Czasami jest mylony ze śladem po ugryzieniu, otarciem lub uczuleniu. Jednak jeśli wiemy, że w tym miejscu ukuł nas kleszcz, wszelkie zmiany skórne powinny nas skłonić do szybkiej wizyty u lekarza. Na boreliozę nie ma szczepionki.

- **Kleszczowe Zapalenie Mózgu (KZM)**

Do zakażenia wirusem kleszczowego zapalenia mózgu dochodzi w ciągu kilku pierwszych minut wysysania krwi przez kleszcza.

Objawy występują po około 7 – 14 dniach od kontaktu z kleszczem. Mają charakter grypopodobny i trwają przez tydzień. Przebieg choroby może być ciężki, niekiedy może prowadzić do kalectwa, a nawet śmierci. Zdarza się jednak, że zakażenie przebiega bezobjawowo.

Pamiętaj! Każde podejrzenie zakażenia należy skonsultować z lekarzem!

Jak ustrzec się przed ukłuciem kleszcza?

Ukłucie przez kleszcza może doprowadzić do bardzo poważnych chorób zakaźnych i powikłań. Dlatego tak ważne jest, żeby unikać kontaktu z tymi pajęczakami i – wybierając się w miejsca, gdzie mogą występować – przestrzegać kilku zasad:

- 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;
- unikanie spania w starych budynkach, w których przebywają udomowione zwierzęta;
- obozując na wolnym powietrzu, należy się upewnić, że roślinność wokół namiotu jest krótko przycięta;
- stosowanie repelentów – produktów odstraszających kleszcze, nanoszonych bezpośrednio na skórę lub odzież;
 - szczepienie przeciwko kleszczowemu zapaleniu mózgu (informacje na ten temat są dostępne w dziale „Dlaczego kleszcze są groźne?”).

Jak usunąć kleszcza?

Kleszcze usuwamy wyłącznie mechanicznie przy pomocy pęsety lub odpowiednich przyrządów do usuwania kleszczy. Zabieg ten wykonujemy niezwłocznie po zauważeniu kleszcza, aby zminimalizować ryzyko zakażenia. Wyciągając kleszcza chwytamy go, jak najbliżej skóry, za przednią część ciała i pewnym ruchem pociągamy ku górze. Ranę po ukąszeniu dokładnie oczyszczamy środkiem dezynfekującym.

Miejsce po ukąszeniu obserwujemy przez kilkanaście dni, zwracamy również uwagę na ogólne samopoczucie. Jeżeli pojawią się niepokojące objawy tj. osłabienie, ból głowy, gorączka, ból mięśni lub pierścieniowate zaczerwienienie skóry wokół ukąszenia należy niezwłocznie skontaktować się z lekarzem.