

ПАМЯТКА ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ "ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ КЛЕЩЕЙ"

**Главный внештатный специалист по инфекционным болезням
Минздрава РФ, профессор И.В. Шестакова**

Иксодовые клещи (лат. *Ixodidae*) - кровососущие членистоногие из семейства паразитиформных клещей (*Acari*). Распространены повсеместно, даже в Арктике и Антарктике (паразитируют на пингвинах и других птицах). Насчитывают более 650 видов. Типичными местами обитания иксодовых клещей являются смешанные, хвойные и лиственные леса с густым подлеском, хорошо развитым травяным покровом и подстилкой из опавшей гниющей листвы, где нет прямых лучей солнца и температура не превышает 20⁰С.

Следует помнить, что клещи обитают не только в лесах, но и в парках, и на садовых участках. Могут быть клещи и в городах: на газонах, в траве вдоль обочин дорог. Клещи могут быть занесены домой животными; на ветках, на дачных или лесных цветочных букетах, вениках или траве; на одежде, в которой Вы гуляли в лесу. Дома клещ может укусить любого члена семьи, причем даже несколько суток спустя.

Длина самки 3-4 мм в голодном состоянии (увеличивается до 10 мм у насосавшейся самки, цвет которой меняется на светло-серый цвет). Самец до 2,5 мм, присасывается к коже человека и животного ненадолго и вскоре отпадает. У самцов спинной жесткий щиток прикрывает все тело, у самок треть.

Самки иксодовых клещей откладывают до 17 тысяч яиц в землю, но до взрослой стадии «доживают» единицы. Вылупившиеся из яиц личинки питаются однократно, обычно на мелких млекопитающих (грызуны, насекомоядные, куньи). Сытая личинка падает на землю и через некоторое время превращается в нимфу. Нимфа после питания и линьки превращается

во «взрослую» стадию - имаго. Половозрелые самки иксодовых клещей питаются однократно и преимущественно на крупном рогатом скоте.

Обычно, личинки и нимфы питаются на мелких животных, но, иногда, могут нападать и на людей. Взрослые клещи питаются кровью, нападают как на крупных животных, так и на людей. Самка клеща откладывает яйца только после того, как напьется крови. Она способна выпить объем крови, который более чем в 100 раз превышает ее вес. Поэтому самка находится на теле жертвы дольше самца. На теле клещ может находиться несколько суток. После того как клещ напился крови, он достает хоботок из тела и отваливается. Отложив яйца, самка клеща погибает.

За жизненный цикл клещ питается несколько раз на разных хозяевах. При этом он может заражаться возбудителями различных болезней и передавать их при следующем кормлении. Большинство клещей каждый последующий раз питается на новом хозяине. Некоторые виды клещей проходят первые фазы жизненного цикла или весь жизненный цикл не меняя хозяина на одном животном.

Клещи не прыгают и не летают. Для того, чтобы клещ попал на тело, надо пройти в непосредственной близости от него. Своих жертв клещи поджидают сидя на земле или траве, выставив передние лапы, на которых находятся специальные органы чувств, реагирующие на тепло и запах. Когда мимо проходит потенциальная жертва, клещ вцепляется в нее передними лапами.

Попав на тело, клещ кусает не сразу. До присасывания клеща может пройти несколько часов. Если клещ будет вовремя замечен, то укуса можно избежать.

Выбрав место укуса, клещ прокусывает кожу хелицерами и вставляет в ранку гипостом (специальный вырост глотки похожий на гарпун). Гипостом покрыт хитиновыми зубчиками, которые удерживают клеща. Поэтому клеща сложно вытащить.

Мало кто способен ощутить момент укуса клеща, поскольку клещ

хорошо обезболивает место укуса. Со слюной клещ вводит различные вещества препятствующие сворачиванию крови, усиливающие кровоток.

Когда наиболее опасны клещи?

Активизируются клещи в период с апреля по сентябрь - до первых заморозков. Пик активности приходится на май-июль, но укусы клещей возможны с апреля по октябрь. Когда почва прогревается до 5-7⁰С, первые пострадавшие от укусов начинают обращаться за помощью.

Чем грозит укус клеща?

Иксодовые клещи являются переносчиками возбудителей некоторых природно-очаговых инфекций: клещевого энцефалита, иксодовых клещевых боррелиозов, моноцитарного эрлихиоза человека и гранулоцитарного анаплазмоза человека.

Лучший способ профилактики этих инфекций - защита от укусов клещей.

Что делать, если укусил клещ?

Вы вернулись из леса и обнаружили на теле впившегося клеща. Что делать? Паниковать не нужно - вовремя принятые правильные меры помогут предотвратить возможные негативные последствия.

1. *Удаляем клеща.* Если присасывание клеща все же произошло, первичную консультацию всегда можно получить по городскому телефону: 103, с мобильного (сотового) телефона: 103* или 112.

Человеку, пострадавшему от укуса клеща, необходимо обратиться за медицинской помощью в территориальную поликлинику по месту жительства, в районную СЭС или районный травмпункт для удаления клеща и доставки его на исследование, а также для организации медицинского наблюдения, с целью своевременной постановки диагноза клещевой инфекции и решения вопроса о назначении профилактического лечения.

Если по какой-то причине у вас нет возможности обратиться за помощью в медицинское учреждение, то клеща придется удалять самостоятельно, причем, чем раньше Вы удалите впившегося паразита, тем лучше.

Как удалить клеща самостоятельно?

Существует несколько способов удаления клещей. Они отличаются только инструментом которым удаляется клещ. Удобнее всего удалять клеща изогнутым пинцетом или хирургическим зажимом, в принципе подойдет и любой другой пинцет. При этом клеща нужно захватить как можно ближе к хоботку, затем его аккуратно подтягивают, при этом вращая вокруг своей оси в удобную сторону. Обычно через 1-3 оборота клещ извлекается целиком вместе с хоботком. Если же клеща попытаться выдернуть, то велика вероятность его разрыва.

Если под рукой нет ни пинцета, ни специальных приспособлений для удаления клещей, то клеща можно удалить при помощи нитки. Прочную нитку завязывают в узел, как можно ближе к хоботку клеща, затем клеща извлекают, не спеша пошатывая в стороны и подтягивая его вверх. Резкие движения недопустимы.

Если под рукой нет ни пинцета, ни нитки, следует обхватить клеща пальцами (пальцы лучше обернуть чистым бинтом) как можно ближе к коже. Чуть потяните клеща и вращайте его вокруг своей оси. Давить клеща руками не надо. После удаления клеща надо обязательно вымыть руки. Ранку необходимо обработать дома антисептиком.

Удаление клеща необходимо производить с осторожностью, не сдавливая его тело, поскольку при этом возможно выдавливание содержимого клеща вместе с возбудителями болезней в ранку. Важно не разорвать клеща при удалении - оставшаяся в коже часть может вызвать воспаление и нагноение. При этом стоит учесть, что при отрыве головки клеща процесс инфицирования может продолжаться, так как в слюнных

железах и протоках присутствует значительная концентрация вируса клещевого энцефалита.

Если при извлечении клеща оторвалась его головка, которая имеет вид черной точки, место присасывания протирают ватой или бинтом, смоченными спиртом, а затем удаляют головку стерильной иглой (предварительно прокаленной на огне) так, как Вы удаляете обычную занозу.

Не имеют под собой никаких оснований некоторые надуманные советы о том, что для лучшего удаления следует накладывать на присосавшегося клеща мазовые повязки или использовать масляные растворы. Масло может закупорить дыхательные отверстия клеща, и клещ умрет, так и оставшись в коже. Капать на клеща маслом, керосином, прижигать клеща – бессмысленно и опасно. Органы дыхания у клеща закупорятся, и клещ оторвет содержимое, что увеличит риск попадания инфекции.

После удаления клеща кожу в месте его присасывания обрабатывают настойкой йода или спиртом, либо другим доступным антисептиком для кожи. Наложения повязки, как правило, не требуется. В дальнейшем ранка обрабатывается йодом до заживления. Много йода лить не надо, так как можно сжечь кожу. Если все нормально, то ранка заживает за неделю.

Руки и инструмент после удаления клеща надо тщательно вымыть.

При удалении клеща не надо:

- прикладывать к месту укуса едкие жидкости (нашатырный спирт, бензин, и др.);
- прижигать клеща сигаретой;
- резко дергать клеща - он оборвется;
- ковырять в ранке грязной иглой;
- прикладывать к месту укуса различные компрессы;
- давить клеща пальцами.

2. Отправляем снятого клеща на исследование.

При невозможности исследования, клеща следует сжечь или залить кипятком.

Удаленного клеща следует поместить в небольшую герметично закрывающуюся емкость с небольшим кусочком чуть влажной ваты или салфетки и направляют в лабораторию. Банку с клещом помещают в холодильник при невозможности ее транспортировки в лабораторию сразу после удаления клеща. В течение двух дней клеща надо отвезти в лабораторию для исследования на наличие клещевых инфекций. Обычно анализ можно сделать в районной инфекционной больнице или специальной лаборатории.

Для жителей Москвы: - в отделении особо опасных инфекций микробиологической лаборатории ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в г. Москве» по адресу: Москва, Графский пер., д. 4/9 (вход со двора, 2 этаж), тел.: +7(495)687-40-47. Прием проводится с 9-00 до 15-30 ежедневно, кроме субботы, воскресенья и праздничных дней (перерыв на обед с 13-00 до 13-30), о результатах исследований можно узнать с 15-00 до 18-00;

- филиал ФГУЗ "Центр гигиены и эпидемиологии в г. Москве" по адресу Москва, Красногвардейский бульвар д.17 стр.1 микробиологическая лаборатория, прием с 9.30 до 15.00 ежедневно, кроме субботы и воскресенье, тел. +7(499)256-24-40;

- ФБУЗ «Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора» в г. Москве по адресу Варшавское шоссе д.19а (станция метро Нагатинская) пн-пт с 9.00-18.00 тел. +7(495)954-45-36.

Жители Московской области могут получить специализированную помощь по месту жительства в ЦРБ или по вышеуказанным адресам.

К сожалению, по внешнему виду клеща нельзя судить является ли он переносчиком инфекции, или нет. Клещ заражается при кормлении на инфицированном животном. Вирус может содержаться и в самках, и в самцах, и в нимфах, и в личинках.

Даже если укус клеща был кратковременным, риск заражения клещевыми инфекциями не исключается.

Однако, следует понимать, что наличие инфекции у клеща еще не значит, что заболит человек. Анализ клеща нужен для спокойствия в случае отрицательного результата и бдительности - в случае положительного.

Желательно, чтобы человек, пострадавший от укуса клеща, наблюдался врачом-инфекционистом в течение месяца, который в случае необходимости назначит необходимые меры профилактики или лечения. Если прошло уже более 2 месяцев после укуса клеща, можно не волноваться.

Не надо заниматься самолечением, если есть сомнения – обратитесь к врачу! Если укус клеща имел место, в случае ухудшения самочувствия незамедлительно обратитесь к врачу!

3. Проводим специфическую профилактику (только клещевого вирусного энцефалита).

Экстренную профилактику клещевого боррелиоза, моноцитарного эрлихиоза человека и гранулоцитарного анаплазмоза человека, как правило, не проводят.

Клещевой вирусный энцефалит – очень опасная клещевая инфекция. Экстренная профилактика клещевого энцефалита должна быть проведена как можно раньше, лучше - в первые сутки. Ее проводят, используя противовирусные препараты или иммуноглобулин (при присасывании вирусиферных клещей не болевшим и не вакцинированным ранее людям, а также имеющим незавершенный или дефектный вакцинальный курс в первые 96 часов после присасывания, внутримышечно, однократно). Проводит профилактику врач.

При укусе энцефалитного клеща вирус со слюной попадает в кровь. В дальнейшем события могут развиваться по-разному. Если укушенный был вакцинирован и уровень антител достаточен, то вирус сразу связывается и болезнь не развивается. Развитие клещевого вирусного энцефалита могут остановить и другие факторы противовирусной защиты. Поэтому даже если клещ был энцефалитным, укушенный может не заболеть. Наличие вируса в клеще не значит, что разовьется болезнь. Количество людей укушенных

энцефалитными клещами значительно превышает число заболевших клещевым энцефалитом. Но и один укус может привести к тяжелой болезни.

Экстренная профилактика против клещевого энцефалита проводится:

Для взрослых: Инфекционная клиническая больница №2 Департамента здравоохранения города Москвы, Москва, 8-я ул. Соколиной горы, д. 15. Справочная служба: +7(495) 365-00-58. Городской консультативный кабинет по вакцинно-сывороточной профилактике клещевого вирусного энцефалита: тел. +7(495)366-84-68, +7(495)365-01-47 (www.mosgorzdrav.ru/ikb2)

Для детей: Детская городская клиническая больница №13 им. Н.Ф.Филатова, Москва, ул. Садовая Кудринская, д.15. Справочная служба: +7(499)254-91-29.

При частом посещении мест обитания клещей желательно сделать прививку от клещевого вирусного энцефалита. Вакцина защищает минимум 3 года. Обязательной вакцинации подлежат лица, работающие в эндемичных очагах (лесники, геологи и т. д.) и дети, проживающие на эндемичной территории. В России вакцинация проводится отечественными вакцинами (Вакцина клещевого энцефалита культуральная очищенная концентрированная инактивированная сухая, ЭнцеВир (EnceVir) и зарубежными вакцинами (ФСМЕ-Иммун Инжект/Джуниор (FSME-Immun Inject/Junior), Энцепур взрослый, Энцепур детский) или по основной и экстренной схемам. Все вакцины обладают одинаковой иммуногенностью. Вакцинация может быть проведена по двум схемам: основной и экстренной. Основная схема (0, 1-3, 9-12 месяцев) проводится с последующей ревакцинацией каждые 3-5 лет. Чтобы сформировать иммунитет к началу эпидемического сезона, первую дозу вводят осенью, вторую зимой. Экстренная схема (две инъекции с интервалом в 14 дней) применяется для не вакцинированных ранее лиц, приезжающих в эндемичные очаги весной-летом. Экстренно вакцинированные лица иммунизируются только на один сезон (иммунитет развивается через 2-3 недели), через 9-12 месяцев им ставится 3-й укол.

Как защититься от укусов клещей?

Лучшая защита от укуса клещей - неспецифическая профилактика (правильная одежда, репелленты и борьба с клещами на садовых участках и пр.).

Необходимо соблюдать *меры индивидуальной профилактики* при посещении лесных массивов:

- Избегать посещения мест обитания клещей (лесные массивы с высокой травой, кустарником), особенно, в мае-июле. В походах следует держаться троп, но не ходите по тропам под низкими зарослями, по кустам, по высокой траве.
- При посещении мест, в которых могут быть клещи, лучше одеть закрытую обувь (сапоги, ботинки, кроссовки).
- Перед походом в лес постарайтесь защитить от нападения клеща тело, особенно шею, руки, ноги. Волосы следует прятать под головной убор. Чтобы клещей было легче заметить, предпочтительно надевать светлую одежду, максимально защищающую кожные покровы от контакта с клещом. Застегните рукава, брюки заправьте в носки или в обувь. Брюки лучше всего одеть длинные, с затяжками на штанинах, либо можно заправить штанины в носки, чтобы клещ не мог заползти под брюки. Куртка должна быть с затяжками на рукавах. Есть специальные костюмы, сделанные из плотной ткани и снабженные затяжками, которые достаточно надежно защищают от клещей (особенно при правильном использовании репеллентов).
- В аптеках, в хозяйственных и больших магазинах, на автозаправочных станциях обычно можно приобрести различные репелленты, отпугивающие насекомых (комаров, мошек, слепней) и клещей. Их наносят их на кожу и смывают после посещения леса. Время защиты, способ применения и противопоказания указаны на упаковке.

Для защиты от клещей, одежду обрабатывают препаратами, содержащими акарициды (вещества, убивающие клещей). Такие препараты защищают от клещей неделю и более. После контакта с одеждой, обработанной антиклещевым препаратом, клещ погибает в течение нескольких минут. Обычно такие препараты нельзя наносить на кожу.

Используйте противоклещевые репелленты согласно инструкции по их применению.

- В лесу каждые два часа осматривайте себя и детей, особенно участки самой тонкой кожи, куда предпочитает присасываться клещ. Клещ долго ищет место для укуса, поэтому регулярно осматривайте одежду и тело. Проводите само- и взаимоосмотры кожных покровов. Размеры не напивавшегося кровью клеща 1- 3 мм, напивавшегося – до 1 см.
- Вернувшись из леса или парка, снимите одежду, хорошо рассмотрите ее - клещ может находиться в складках и швах. Внимательно осмотрите все тело. Клещ может присосаться в любом месте. Душ смоем не присосавшихся клещей.
- Поскольку личиночные формы клещей очень мелки, их можно не заметить на одежде. Во избежание их присасывания одежду рекомендуется простирать в горячей воде.
- Осматривайте домашних животных после прогулок, не позволяйте им ложиться на постель. Клещей домой могут принести собаки, кошки и любые другие животные. *Помните: обнаруженных клещей нельзя давить руками, так как можно заразиться.*
- При обнаружении присосавшегося клеща, его следует немедленно удалить.