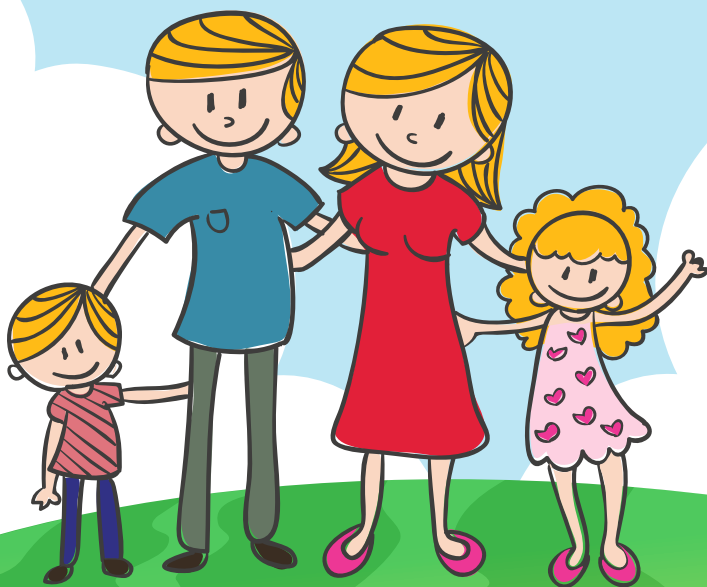


ОГБУЗ «Центр медицинской профилактики»

*Читаем всей семьей*

**Как обезопасить себя и детей от заражения  
болезнями, переносчиком которых  
является клещ**  
(пособие для родителей)



Томск, 2015

Уважаемые взрослые!

Вы держите в руках пособие, предназначенное для чтения родителями и детьми 5-12 лет. Пособие состоит из трех частей:

Часть 1: для родителей   
(предназначена для чтения взрослыми).....стр. 1-3

Часть 2: для детей 5-8 лет   
(предназначена для чтения взрослыми с детьми данного  
возраста).....стр. 4-6

Часть 3: для детей 9-12 лет   
(предназначена для самостоятельного чтения детьми данного  
возраста).....стр. 7-10

## Часть 1: для родителей



Мы все являемся жителями Томской области. Области, являющейся естественной средой обитания иксодовых клещей – опасных насекомых, которые могут заразить человека клещевым энцефалитом, иксодовым клещевым боррелиозом (болезнью Лайма), эрлихиозом, анаплазмозом, туляремией и другими инфекционными болезнями.

Самое распространенное заболевание из вышеперечисленных – клещевой вирусный энцефалит (КВЭ) – острое инфекционное вирусное заболевание с преимущественным поражением центральной нервной системы. Заражение на территории Томской области возможно с апреля по сентябрь. Как раз в то время, когда мы всей семьей бываем на даче, гуляем в парке, отдыхаем на природе, трудимся на приусадебном участке. Чтобы обезопасить себя и детей от последствий, которые влечет за собой укус клеща, следует знать ответы на следующие вопросы.

### **Как происходит заражение КВЭ и каковы симптомы этого заболевания?**

К заражению КВЭ восприимчивы все люди независимо от возраста. Возбудитель болезни передается человеку в первые минуты присасывания зараженного вирусом клеща вместе с обезболивающей слюной. При заражении инкубационный (скрытый) период длится от 8 до 23 дней (иногда до 60 дней). Болезнь начинается остро и сопровождается ознобом, сильной головной болью, резким подъемом температуры (38-39 С), тошнотой, рвотой. В случае появления вышеперечисленных симптомов необходимо обратиться в поликлинику по месту жительства или вызвать скорую помощь.

### **Как можно обезопасить себя и ребенка от заражения КВЭ?**

Существуют 2 метода защиты от КВЭ: специфическая и неспецифическая профилактика.

Специфическая профилактика – вакцинация - наиболее эффективный метод защиты от КВЭ.

Прививаться можно в течение всего года, хотя первую прививку предпочтительнее делать осенью.

Две инъекции ставятся с интервалом 1-7 мес., третья – через 1 год после второй. За это время организм успеет выработать антитела к вирусу КВЭ (т.е. выработается иммунитет). Затем ревакцинации проводятся с периодичностью 1 раз в 3 года. Но! Если прививка делается в период эпидемического сезона, то в течение 2 недель после прививки следует отказаться от посещения неблагоприятных по КВЭ территорий.

Неспецифическая профилактика – меры, направленные на недопущение присасывания клеща. Данный вид профилактики защищает не только от заражения КВЭ, но и всеми другими инфекциями, переносчиками которых являются клещи.

### **Как можно защитить себя и ребенка от укуса клеща?**

Для этого необходимо при нахождении в лесопарковой зоне:

1. Использовать специальную одежду. При отсутствии спецкостюма необходимо одеться так, чтобы исключить возможность попадания клещей под одежду. Выбрать желательно однотонную и светлую одежду (клещи на ней более заметны), состоящую из куртки или ветровки с капюшоном, пришитым или пристегнутым к вороту с помощью молнии (но не пуговиц или кнопок!), длинных брюк, гольфов или носков с плотной резинкой. Желателен головной убор – косынка (концы которой следует заправлять под воротник), шапка, а также закрытая обувь – высокие сапоги, ботинки или кроссовки. Брюки необходимо заправить в сапоги или носки с плотной резинкой, верхнюю часть одежды, находящуюся под курткой (рубашку, футболку) – в брюки. Манжеты рукавов должны плотно прилегать к руке.

2. Применять специальные химические средства индивидуальной защиты от клещей для обработки одежды и открытых участков кожи. Они подразделяются на: инсектоакарицидные средства (вызывают гибель клещей), репеллентные средства (только отпугивают клещей), инсектоакарицидно-репеллентные средства.

Применять химические средства необходимо в соответствии с прилагаемой к ним инструкцией. При выборе следует помнить, что репеллентные средства обеспечивают менее надежную защиту людей от нападения клещей, чем инсектоакарицидные и инсектоакарицидно-репеллентные средства. Исследования показали – даже самые высокоэффективные репеллентные средства отпугивают только 10-20 % клещей.

3. Каждые 1-1,5 часа проводить само- и взаимоосмотры для обнаружения клещей и их удаления.

4. При возвращении домой необходимо снять одежду и тщательно её осмотреть.

### **Что делать, если клещ присосался?**

При обнаружении присосавшегося клеща необходимо срочно обратиться в пункт серопрфилактики. Если такой возможности нет, то присосавшегося к телу клеща необходимо удалить сразу после обнаружения, стараясь не оторвать погруженный в кожу хоботок.

Для удаления присосавшегося клеща необходимо накинуть на основание погруженного в кожу хоботка петлю из простой нити. Концы нити соединить вместе и начать медленно скручивать до полного затягивания петли и извлечения клеща. Ранку в месте присасывания клеща обработать йодом. После извлечения клеща тщательно вымыть руки с мылом.

Помните – нельзя уничтожать снятых клещей, раздавливая их пальцами, т.к. через ссадины и микротрещины на руках можно занести смертельно опасную инфекцию. Клещей, извлеченных из кожи, необходимо доставлять в пункты серо-профилактики клещевых инфекций для исследования на зараженность вирусом КВЭ и ДНК боррелий не позднее 2-ух суток с момента извлечения.

### **Какие правила необходимо соблюдать при извлечении и транспортировке клеща?**

- для исследования пригодны только живые клещи, следовательно, их нельзя смазывать маслами, кремами, вазелином, керосином и т.п., так как при этом они погибают;

- удаленного клеща следует поместить в герметично закрывающуюся чистую посуду (пробирку, пузырек, баночку и т.п.), в которую, с целью создания повышенной влажности, предварительно поместить чуть смоченную водой марлю/бинт.

При отсутствии клеща необходимо через 24 часа после присасывания исследовать кровь на клещевые инфекции. Для забора проб крови необходимо обратиться в пункт серо-профилактики клещевых инфекций (адреса см. на обложке).

### **Какие препараты обычно используют, если в результате анализа крови установлено заражение клещевыми инфекциями?**

При обнаружении в клеще или крови пострадавших антигенов вируса клещевого энцефалита для экстренной профилактики заболевания используется иммуноглобулин человека против КВЭ. Препарат вводят следующим категориям граждан: не привитым против КВЭ, получившим неполный курс прививок, имеющим дефекты в вакцинальном курсе, не имеющим документального подтверждения о профилактических прививках; привитым – при многократном присасывании или одновременном присасывании нескольких клещей. Беременность не является противопоказанием для введения иммуноглобулина человека против КВЭ.

При невозможности исследования клеща или крови рекомендуется с целью экстренной профилактики применять противовирусные препараты - индукторы интерферона (по назначению врача), особенно в следующих случаях:

- при обращении за медицинской помощью позже 3-х дней после присасывания клеща;

- если пострадавший уже получал экстренную профилактику иммуноглобулином ранее в течение текущего эпидсезона;

- при многократном присасывании или одновременном присасывании нескольких клещей – в дополнение к иммуноглобулину человека против КВЭ. Беременность является противопоказанием к применению противовирусных препаратов-индукторов интерферона.

После присасывания клеща необходимо наблюдать за своим состоянием; избегать перегревания, переохлаждения, стрессов; исключить прием алкоголя; проводить мероприятия, направленные на повышение неспецифической резистентности организма: прием поливитаминов, адаптогенов.

### **Как познакомить ребенка с правилами безопасного поведения при посещении лесных угодий, садово-парковых и дачных участков?**

Для этого необходимо в простой и доступной форме рассказать ребенку о том, кто такие клещи, чем они опасны и как можно от них защититься. Вы можете легко объяснить это ребенку, предложив ему вместе с Вами выполнить приведенные ниже задания. Следующие разделы нашего пособия посвящены именно этому.



## Часть 2: для детей 5-8 лет

Здравствуйте, дорогие мальчики и девочки! Меня зовут Красная Шапочка. Я, также как и вы, очень люблю весну и лето. Солнышко светит ярко, тропинки в лесу оттаяли, зазеленела травка и появились первые цветы. Я давно не была у своей бабушки и очень по ней соскучилась. Пора ее навестить и отнести ей пирожки. В дорогу я хочу взять с собой своего любимого пса Дружка. Вместе с ним нам будет весело бежать по лесным тропинкам, собирать цветы и ловить бабочек. Но мне немного страшно, ведь на лесной тропинке меня может поджидать не только Серый волк, но и клещи, среди которых есть те, которые могут заразить очень опасными заболеваниями. Помогите нам с Дружком безопасно добраться до бабушки. Для этого вам нужно вместе со мной выполнить задания.

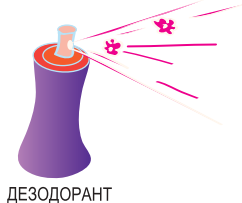
**Задание 1. Помогите мне выбрать правильную одежду для прогулки. Обведите те вещи, которые мне необходимы.**



**Запомните!** Отправляясь в лес, наденьте одежду с длинными рукавами, плотно прилегающими к запястью. По низу куртки должна быть резинка. Брюки заправьте в высокие сапоги или носки. Обязательно наденьте головной убор. Лучше, если одежда будет светлого цвета.



**Задание 2. Посмотрите на картинки и помогите мне выбрать те средства, которые отпугивают и/или вызывают гибель клещей.**



**Запомните!** К средствам защиты относятся химические препараты, которые отпугивают и/или вызывают гибель клещей. Их необходимо наносить на одежду согласно инструкции по применению.

**Задание 3. Узнайте клеща среди других насекомых.**

Рассмотрите картинки, отгадайте загадки и соедините стрелкой картинку и загадку. Картинки будут являться правильными отгадками. Среди них есть **КЛЕЩ!**

		<p>Этот маленький злодей Зверя грозного страшней. Он в траве, в лесу живет. Не росу, а кровь он пьет. Настоящий паразит, И несет энцефалит.</p>
		<p>Небоскреб в лесу построю Я из веточек и хвои. У меня полно друзей, Вместе строить веселей!</p>
		<p>Ой, что за насекомое, Пока что незнакомое?! Вперед ползет, не пьтится, На нём в горошек платьице.</p>

**Запомните!** Клещ – очень маленькое насекомое, которое живет в основном на ветках кустарника и в высокой траве. Если клещ напился крови, то он выглядит как горошина или шар.

**Задание 4. Рассмотрите внимательно картинку. На ней помечены те места на теле человека, куда чаще всего кусают клещи.**



**Запомните!** Чтобы уберечься от укуса клеща, необходимо осматривать себя каждые 1-1,5 часа. Если вы не можете сделать этого сами, попросите родителей или друзей помочь вам.

Ура! Вот и крылечко домика моей любимой бабушки! Как я хочу скорее увидеть ее и подарить красивый букет цветов. Но перед тем как войти, я обязательно **осмотрю своего любимого пса Дружка и сорванные в лесу цветы**, на которых тоже может быть опасный клещ!

Теперь, после долгой дороги, мне так хочется съесть пирожок, запивая его молоком от бабушкиной коровы Буренки. Я уже вижу в окошко кухни стоящую на плите кастрюльку с вскипяченным бабушкой молоком. А сделала бабушка это потому, что Буренка, чтобы дать вкусное молоко, жует травку на лугу, где ее могут покусать клещи. И хотя сама Буренка не заболеет, вирус клещевого энцефалита может находиться в сыром молоке. Поэтому молоко можно пить **только после кипячения**.



**Спасибо вам, ребята, за то, что помогли мне безопасно добраться до моей любимой бабушки!**



## Часть 3: для детей 9-12 лет

Дорогие ребята, мы живем в Томской области и должны знать, что на всей ее территории существует серьезная опасность заразиться клещевым энцефалитом, боррелиозом (болезнь Лайма) и рядом других заболеваний, переносчиками которых являются клещи. Заражение происходит в первые минуты, когда присосавшийся клещ вместе с обезболивающей слюной передает человеку возбудителей болезни. На территории нашей области заражение возможно с апреля по сентябрь.

Основные места обитания клещей – лесопарковые зоны города, поля, леса. Клещи чаще всего поджидают жертву вдоль тропинок, лесных дорог, там, где встреча с людьми и животными наиболее вероятна. Достаточная влажность почвенного покрова – основное и необходимое условие для жизни клещей. Для нападения на жертву клещи поднимаются по стеблям травянистых растений и замирают в ожидании.

**Клещи** – насекомые подкласса членистоногих из класса паукообразных. Размеры клещей очень малы – от 0,2 мм до 5 мм. Живут они там, где много растительности.

**Клещевой энцефалит** – острое инфекционное вирусное заболевание, с преимущественным поражением центральной нервной системы.

**Боррелиоз (болезнь Лайма)** - заболевание с преимущественным поражением кожи, нервной и сердечно-сосудистой систем, опорно-двигательного аппарата.

### Как вирус передается от клеща человеку?

1. При присасывании зараженного клеща к телу человека.
2. При употреблении в пищу сырого молока коз и коров, у которых в период массового нападения клещей вирус может находиться в молоке. В этот период необходимо пить только кипяченое молоко.
3. При втирании в кожу вируса в случае раздавливания клеща или расчесывания места укуса.





Чтобы уберечь себя от клещевого энцефалита, необходимо сделать прививку. Чтобы защитить себя от боррелиоза (болезнь Лайма) и других заболеваний, переносчиками которых являются клещи, необходимо соблюдать правила безопасного поведения.

### **Знаете ли вы, как можно защититься от укуса клеща?**

Защититься от укуса клеща можно, соблюдая несложные правила безопасного поведения:

1. Если вы собираетесь в лес, одеваться нужно таким образом, чтобы исключить возможность попадания клеща под одежду и облегчить осмотр:

- выберите однотонную и светлую одежду, состоящую из куртки или ветровки с капюшоном, пришитым или пристегнутым к вороту с помощью молнии (но не пуговиц или кнопок!), длинных брюк, гольфов или носков с плотной резинкой. Желателен головной убор – косынка, шапка, а также закрытая обувь – высокие сапоги, ботинки или кроссовки;
- заправьте брюки в сапоги или носки с плотной резинкой, верхнюю часть одежды, находящуюся под курткой (рубашку, футболку) — в брюки;
- проверьте, чтобы манжеты рукавов плотно прилегали к руке;
- на голову наденьте капюшон или заправьте волосы под косынку, шапку;
- применяйте специальные химические средства индивидуальной защиты для опрыскивания одежды и открытых участков кожи, отпугивающие и/или вызывающие гибель клещей (в виде аэрозолей продаются в аптеках).

2. Проводите само- и взаимоосмотры каждые 1-1,5 часа.

3. Не садитесь в траву.

4. Старайтесь держаться середины дороги или тропы, по которой идете.

5. После возвращения из леса тщательно осмотрите тело и одежду.

6. Не заносите в помещение сорванные и не осмотренные растения, верхнюю одежду. На них тоже могут быть клещи!

7. Осматривайте собак и других домашних животных для своевременного обнаружения и удаления с них клещей!

*И самое главное - сделайте прививку от клещевого энцефалита!*

**Если клещ все-таки присосался - обратитесь к врачу!**



## Знаете ли вы, как самостоятельно вытащить клеща?

Это можно сделать с помощью простой нитки: накинуть петлю нитки между кожей и хоботком насекомого, закрутить два конца нити и вывинчивающими движениями аккуратно вытянуть клеща из кожи. Если клеща не выкручивать, а попробовать просто вытянуть, то высока вероятность его разрыва, при котором оставшаяся в коже часть клеща может вызвать воспаление и нагноение.

Вытащить клеща можно также легкими раскачивающими движениями с помощью пинцета. После извлечения насекомого надо обязательно проверить, не остался ли в ранке хоботок, затем место присасывания клеща обработать йодом и тщательно вымыть руки с мылом.

Клещей, снятых с человека, помещают в герметично закрывающуюся емкость с небольшим кусочком чуть влажной ваты/марли и в течение двух суток доставляют в пункты серопрфилактики.

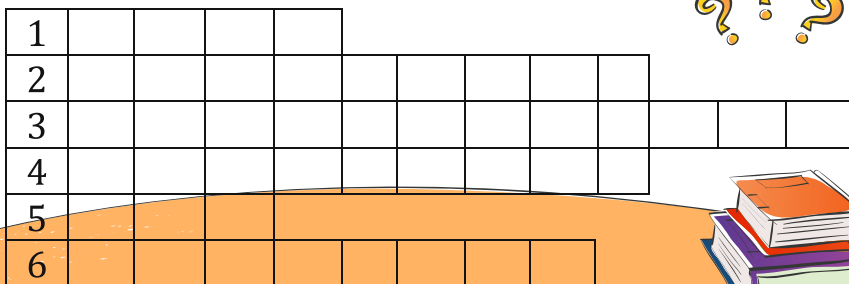
**Пункт серопрфилактики клещевых инфекций для детей в Томске находится по адресу: ОГАУЗ «Детская городская больница №1», Московский тракт, 4, тел.: 52-72-23.**

**Жители районов области при обнаружении клеща должны обратиться в травмпункт своей районной больницы.**

**Дорогие ребята!**

**Разгадайте кроссворд:**

1. Насекомое подкласса членистоногих из класса паукообразных. Размеры его очень малы – от 0,2 мм до 5 мм. Живет там, где много растительности.
2. Острое инфекционное вирусное заболевание, с преимущественным поражением центральной нервной системы. Переносчиками возбудителей заболевания являются клещи.
3. Что нужно проводить в лесу каждые 1-1,5 часа?
4. Заболевание с преимущественным поражением кожи, нервной и сердечно-сосудистой систем, опорно-двигательного аппарата. Переносчиками возбудителей заболевания являются клещи.
5. Чем рекомендуется обработать место присасывания клеща?
6. Надежная защита от клещевого энцефалита.



## Обведите правильные ответы:

1. Когда на территории Томской области возможно заражение клещевым энцефалитом и другими заболеваниями, переносчиками которых являются клещи?

- а) Апрель-сентябрь.
- б) Июнь-август.
- в) Апрель-июль.



2. Какую одежду необходимо надевать, чтобы пойти в лес?

- а) Шорты, футболка, босоножки.
- б) Легкая куртка с капюшоном, длинные брюки и закрытая обувь.
- в) Джинсы, футболка, кроссовки.

3. Чем необходимо обрабатывать одежду перед посещением леса?

- а) Туалетной водой.
- б) Химическими средствами индивидуальной защиты, отпугивающими и/или вызывающими гибель клещей.
- в) Ничем не обрабатывать.

4. Как самостоятельно вытащить присосавшегося клеща?

- а) Оторвать и выбросить.
- б) Залить маслом, сам выберется.
- в) Выкрутить при помощи простой нитки или пинцета.

Проверь себя!  
Правильные ответы:

1.

1.	клещ
2.	энцефалит
3.	взаимоосмотр
4.	боррелиоз
5.	йод
6.	прививка

2.

1.	а
2.	б
3.	б
4.	в



## ОГБУЗ «Центр медицинской профилактики»

Мы находимся по адресу:  
г. Томск, ул. Красноармейская, 68  
тел.: 282-448, тел./факс: 282-439



Проезд общественным транспортом:  
маршрутные автобусы №11, №24 до остановки «улица Герцена»

### Адреса круглосуточных пунктов серопродифиликтики клещевых инфекций в Томске:

ОГАУЗ «Межвузовская больница», ул. Киевская, 74, тел. 55-71-37  
(для взрослых);

ОГБУЗ «Медико-санитарная часть № 2», ул. Б. Куна, 3, тел. 64-78-62  
(для взрослых);

ОГАУЗ «Детская городская больница № 1», Московский тр., 4, тел. 52-72-23  
(для детей).

**Жители районов области при обнаружении клеща должны обратиться в  
травмпункт своей районной больницы.**



<http://profilaktika.tomsk.ru>  
e-mail: [linok@sibmail.com](mailto:linok@sibmail.com)

Присоединяйтесь к нашей группе ВКонтакте  
«Будь здоров, Томск!»: [vk.com/profilaktikatsk](https://vk.com/profilaktikatsk)

