**Как защитить себя от клещевого боррелиоза?**

**07.07.2021**

Иксодовый клещевой боррелиоз**–**острое инфекционное заболевание, с преимущественным поражением кожи, суставов, центральной нервной системы, сердечно-сосудистой системы.

**Неспецифическая индивидуальная (личная) защита людей включает в себя:**

· не рекомендуется садиться и ложиться на траву; заносить в помещение свежесорванные растения, верхнюю одежду и другие предметы, на которых могут оказаться клещи;

· человек, находясь в природном очаге клещевого боррелиоза в сезон активности насекомых, должен периодически осматривать свою одежду и тело самостоятельно или при помощи других людей, а выявленных клещей снимать. Клещи редко присасываются на открытых частях тела человека, чаще всего они заползают под одежду и достаточно долго (в среднем 30 минут) выбирают место для присасывания. Поэтому само- и взаимоосмотры для обнаружения прицепившихся клещей желательно проводить через каждые 30 минут.

· после возвращения из леса или прогулки необходимо тщательно осматривать собак и других животных для обнаружения и удаления с них прицепившихся и присосавшихся клещей.

· ношение специальной одежды (при отсутствии специальной одежды одеваться таким образом, чтобы облегчить быстрый осмотр для обнаружения клещей: носить однотонную и светлую одежду; брюки заправлять в сапоги, гольфы или носки с плотной резинкой, верхнюю часть одежды — в брюки; манжеты рукавов должны плотно прилегать к руке; ворот рубашки и брюки должны не иметь застежки или иметь плотную застежку, под которую не может проползти клещ; на голову надевать капюшон, пришитый к рубашке, куртке или заправлять волосы под косынку, шапку);

· использовать отпугивающие средства (репелленты, которыми обрабатывают открытые участки тела и одежду) и акарицидные средства, которыми обрабатывают одежду, и клещ, попав на обработанный участок, теряет способность присосаться к коже, падает.

**Помните! Против клещевого боррелиоза в России не существует ни активной, ни пассивной иммунизации!**

Только своевременное обращение за медицинской помощью значительно снижает риск развития заболевания.

Главный внештатный специалист по инфекционным болезням

управления здравоохранения Липецкой области

Сиротинкина Лилия Викторовна