

ПРОСТЫЕ
ПРАВИЛА



МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

КАК ЗАЩИТИТЬСЯ ОТ КЛЕЩЕЙ

5 ГЛАВНЫХ ПРАВИЛ



Не занимайтесь самолечением, большинство инфекций передающихся клещами лечатся только специфической терапией, подобранной врачом.



ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА

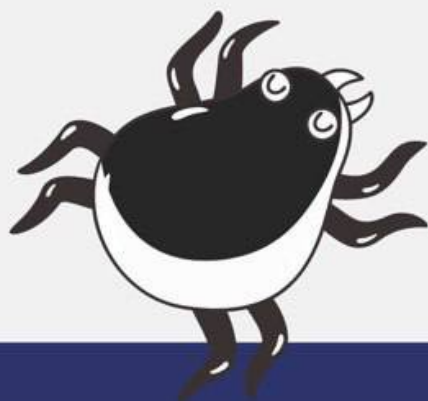


“

Клещи могут обитать на любой территории где есть растения и животные-прокормители, в том числе собаки и мелкие грызуны.

Поэтому **встретить клеща можно, как на природе, так и в городской среде.**

Заведующий лабораторией
экологии риккетсий
НИЦЭМ им. Гамалеи
Минздрава России
Алексей Костарной





ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА



Клещи — переносчики вирусных и бактериальных инфекций.

Самые опасные из них для человека:



клещевой энцефалит;



боррелиоз (болезнь Лайма);



риккетсиозы.



Не занимайтесь самолечением!

Если обнаружили на себе клеща — обратитесь к врачу!





ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА



1 Правильная одежда

Перед выездом на природу (в лес, лесопарк, городской парк, дачный участок) **желательно надеть закрытую однотонную одежду светлых тонов.**





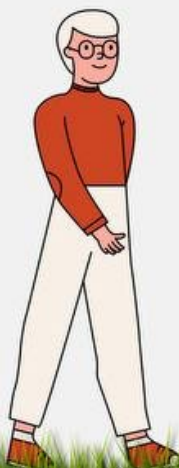
ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА



2 Надевайте одежду правильно

Одежду стоит тщательно заправить, не оставляя открытых участков кожи - заправить рубашку или кофту с длинным рукавом в брюки, а брюки в носки.

Кажется, я забыл носки



Жду тебя





ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА



3 Правильная обувь

Обувь нужно выбрать закрытую, которую исключает заползание клеща.

После прогулки следует снять одежду и обувь и положить в отдельном месте.



**Забери меня
домой**





ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА



4

Используйте репелленты

Перед выходом необходимо обработать одежду репеллентами (аэрозоль от клещей), особое внимание стоит уделить ногам и обуви.





ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА



5 Не забывайте про самоосмотры

Во время прогулки и после нее нужно обязательно проводить периодические самоосмотры одежды на наличие клещей.

Необходимо провести самоосмотр тела, уделяя особое внимание зонам поясицы, подмышек, шеи и кожи головы, паховой области и ног.

