

# НАСТУПИЛА ВЕСНА. КАКИЕ ОПАСНОСТИ НАС ПОДСТЕРЕГАЮТ? ЧТО ГРОЗИТ НАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ?

*Вы вернулись с лесной прогулки – и вот он, клещ, висит на руке. Давайте разбираться, что делать. Если ваш регион благополучен по энцефалиту, не стоит легкомысленно относиться к укусу клеща. В три раза чаще клещи передают другую инфекцию – боррелиоз, или болезнь Лайма, которая поражает нервную систему, кожу, сердце и суставы. Паниковать не нужно – вовремя принятые меры помогут как предотвратить, так и вылечить оба недуга.*



## **Что такое клещевой энцефалит?**

Клещевой энцефалит - острое вирусное заболевание, характеризующееся поражением серого вещества головного и спинного мозга с развитием парезов и параличей. Возбудителем клещевого энцефалита являются вирусы, которые переносятся клещами. Заражение происходит через укусы клещами, установлен пищевой путь инфицирования - через сырое молоко домашних животных, подвергшихся укусам клещей, в молоке резистентность вируса

повышается. В месте проникновения вируса (кожа, подкожная клетчатка, слизистая оболочка кишечника) происходит его размножение и накопление. Через кровь возбудитель проникает в различные органы и ткани. Инкубационный период (время от укуса клещом до появления первых симптомов) составляет 3-25 суток (в среднем 7-14 дней). Начало острое, внезапно температура повышается до 39-40°C, появляется резкая головная боль, тошнота, рвота, покраснение лица, шеи, верхней части груди, ротоглотки и конъюнктивы, покраснение глаз, боли в мышцах, иногда потеря сознания, судороги. Энцефалит может закончиться смертельно. Возможные остаточные явления - параличи, атрофия мышц, снижение интеллекта, иногда эпилепсия. Восстановление длится годами. Полное выздоровление может не наступить.

### **Где можно провести вакцинацию против клещевого энцефалита? Что для этого нужно?**

К вакцинации допускаются клинически здоровые люди после осмотра терапевтом. Вакцинироваться можно только в учреждениях, имеющих лицензию на этот вид деятельности. Введение препарата, который хранился неправильно (без соблюдения "холодовой цепи") бесполезно, а иногда опасно. Вакцинация против клещевого энцефалита проводится в государственных центрах вакцинации бесплатно. Все желающие и не попавшие в число бесплатно привитых в поликлинике, могут сделать профилактическую прививку только в частной клинике. Ее стоимость 600 рублей. Купить вакцину, по словам врачей, в аптеке самостоятельно нельзя. Она имеет очень специфические условия хранения, соблюдение которых сможет гарантировать ее эффективность. Поэтому вакцину могут закупать только поликлиники. Медики советуют прививаться всем, чья профессия связана с работой в сельском хозяйстве, с животными, а также тем, кто ведет активный образ жизни, занимается охотой, рыбалкой, часто выезжает на природу, любит посещать лес. Профилактические прививки, делают в три этапа: весной- осенью- весной. Гарантию даст только полный курс, да и защита в среднем составит 3-5 лет. Тем не менее появились вакцины, которые вырабатывают стойкий иммунитет в течение 2-х недель.

### **Как нужно себя вести для того, чтобы предотвратить укус клещом?**

- надевайте одежду с длинными рукавами, плотными манжетами, воротниками, брюки должны быть поверх сапог (хорошо, если на рукавах и брюках будут резинки или специальные завязки), обязательно наденьте шапочку или косынку; - пользуйтесь отпугивающими клещей и других насекомых жидкостями, аэрозолями, мазями; - старайтесь держаться подальше от кустарников и высокой травы, так как именно там любят прятаться клещи; - при возвращении из леса внимательно осмотрите свое тело, особенное внимание нужно уделить излюбленным местам присасывания клещей: границе волосистой части головы, естественным складкам кожи (подмышки, ягодицы). - при взаимно- и самоосмотре нужно помнить, что клещ может сидеть не только на теле,

но и на одежде. Клещ, прежде чем впиться, некоторое время ползает по коже. Если осматриваться каждые полчаса, то практически всех клещей удастся "перехватить" ДО укуса. При осмотре нужно помнить, что клещ может иметь очень маленькие размеры и быть плохо заметным.

### **Чем опасны клещи?**

Две наиболее распространенные болезни передаваемые клещем при укусе – это боррелиоз (болезнь Лайма) и клещевой энцефалит. Последний опасен частыми осложнениями в виде поражения центральной и периферической нервной системы. Болезнь Лайма имеет много общего с клещевым энцефалитом. Протекает легче, чем энцефалит, при несвоевременном лечении может переходить в хроническую форму и наносить серьезный ущерб здоровью, приводя к длительной потере трудоспособности и инвалидности.

### Что такое болезнь Лайма?

Клещевой боррелиоз, или болезнь Лайма - инфекционное заболевание, передающееся клещами. В России заразиться болезнью Лайма при укусе клеща в лесах Калининградской, Ленинградской, Тверской, Ярославской, Костромской, Пермской, Тюменской областей, в республике Коми. На Урале, в Западной Сибири и на Дальнем Востоке клещи, несущие боррелиоз, встречаются на пастбищах, а также в лесах, особенно вдоль рек. Заражение происходит при укусе инфицированным клещом. Боррелии выделяются с фекалиями клеща и попадают в ранку при расчесывании. Поэтому заражение болезнью Лайма происходит сравнительно редко, при том, что пораженность клещей в некоторых местах достигает 100%. Попадая в кожу боррелии в течение нескольких дней размножаются, после чего распространяются на другие участки кожи и внутренние органы (сердце, головной мозг, суставы и др.). Возбудители в течение длительного времени (годами) могут сохраняться в организме человека, обуславливая отсроченное начало заболевания, хроническое течение болезни или возвраты боррелиоза после кажущегося выздоровления. От укуса до возникновения первых симптомов проходит от 2 до 30 дней, в среднем - 2 недели. Характерным признаком начала заболевания в 70% случаев является появление на месте укуса покраснения кожи. Красное пятно постепенно увеличивается, достигая 1-10 см в диаметре, иногда до 60 см и более. Форма пятна округлая или овальная, реже неправильная. Наружный край воспаленной кожи более интенсивно красный, несколько возвышается над уровнем кожи. Со временем центральная часть пятна бледнеет или приобретает синюшный оттенок, создается форма кольца. В месте укуса клеща, в центре пятна, сначала можно видеть корочку, затем ранка рубцуется. Пятно без лечения сохраняется от нескольких дней до 2-3 нед, затем исчезает. Через 1-1,5 мес, а иногда по прошествии нескольких лет, развиваются признаки поражения нервной системы, сердца или суставов. Достаточно часто красное пятно (первичная эритема) возникает не в месте укуса, а на другой части тела. Первичное пятно может исчезать, но другие сходные пятна появляются в других местах. Поэтому болезнь Лайма также называют "мигрирующая

эритема" Заражение болезнью Лайма может и не сопровождаться появлением эритемы. После попадания боррелий во внутренние органы болезнь Лайма может начаться остро, с высокой температурой и симптомами менингоэнцефалита. В других случаях Лайм-боррелиоз протекает как скрытая хроническая инфекция.

### Как диагностируется и лечится болезнь Лайма?

Большой удачей следует считать установление диагноза болезни Лайма на этапе кожных проявлений. К сожалению, нередко болезнь удаётся заподозрить очень поздно, когда в полную силу проявились поражения внутренних органов. Подтвердить диагноз боррелиоза можно при помощи специального анализа крови. Такие исследования проводятся в специализированных лабораториях при инфекционных больницах. Лечение болезни Лайма проводится в инфекционной больнице, где прежде всего проводится терапия, направленная на уничтожение боррелий. Без такого лечения болезнь прогрессирует, переходит в хроническое течение, а в ряде случаев приводит к инвалидности. При укусе клещом нужно постараться доставить в лабораторию удаленного клеща для его исследования на наличие боррелий.

**"Клещевой энцефалит"** (энцефалит весенне-летнего типа, таежный энцефалит) – вирусная инфекция, поражающая центральную и периферическую нервную систему. Тяжелые осложнения острой инфекции могут завершиться параличом и летальным исходом. Признаки клещевого энцефалита: инкубационный период клещевого энцефалита длится в среднем 7-14 дней с колебаниями от одних суток до 30 дней. Отмечаются скоропреходящая слабость в конечностях, мышцах шеи, онемение кожи лица и шеи. Клинические проявления клещевого энцефалита многообразны, течение variabelно. Болезнь часто начинается остро, с озноба и повышения температуры тела до 38-40°C. Лихорадка длится от 2 до 10 дней. Появляются общее недомогание, резкая головная боль, тошнота и рвота, разбитость, утомляемость, нарушения сна. В остром периоде отмечаются гиперемия кожи лица, шеи и груди, слизистой оболочки ротоглотки, инъекция склер и конъюнктив. Беспокоят боли во всем теле и конечностях. Характерны мышечные боли, особенно значительные в группах мышц, в которых в дальнейшем обычно возникают парезы и параличи. Иногда им предшествуют онемение, парестезии и другие неприятные ощущения. С момента начала болезни может возникать помрачение сознания, оглушенность, усиление которых может достигать степени комы. Тем не менее, болезнь часто протекает в легких, стертых формах с коротким лихорадочным периодом. Нередко в месте присасывания клещей появляются разного размера эритемы».

### **Что делать, если укусил клещ?**

#### **ШАГ 1. УДАЛЯЕМ КУСАКУ**

Самое простое – набирайте 03 и выясняйте, куда подъехать, чтобы клеща сняли. Обычно это районная СЭС или травмпункт. Для удаления клещей в аптеках продаются приспособления в виде пинцета или

маленькой рогатины. В травмпункте вам должны достать кровососа и обработать рану. Для того, чтобы спать спокойно и не думать о последствиях, не поленитесь отнести клеща на исследование в лабораторию. Для этого положите клеща в пакетик или баночку. Обязательно нужно обратиться к врачу по месту жительства, который назначит вам профилактическое лечение. Если после анализа обнаружится, что кровосос заражен, то далее вами будет заниматься инфекционист. Направление к нему выпишет врач вашей поликлиники. Если вы решите обратиться в поликлинику, там с вами должны сделать те же самые действия - достать клеща и обработать рану. Кроме того, врач немедленно назначит вам профилактическое противоклещевое лечение и даст направление на анализ крови. Может случиться так, что прием вашего врача закончился, на улице ночь или по каким-то причинам вас не принимают. Тогда выход один - ехать в травмпункт. Если же решили действовать самостоятельно, подготовьте баночку или пузырек с плотной крышкой и со смоченной водой ваткой. Ни в коем случае не давите клеща - вирус энцефалита и другие патогенные организмы находятся в его внутренностях. Не отрывайте клеща, поскольку вирус концентрируется в его слюнных железах, т.е. в его головке, которая при отрыве останется в ранке. Ни в коем случае не отрывайте клеща зубами - вирус наверняка попадет в организм через ранку на слизистой рта. Обвяжите присосавшегося клеща ниткой (как можно ближе к хоботку), растяните ее концы в сторону и осторожно, без резких движений, аккуратно потяните концы нитки вверх до полного извлечения клеща. Если полностью извлечь клеща из ранки не удалось, и его головка осталась в ранке (выглядит как черная точка), нужно дождаться её самопроизвольного удаления (если дело происходит в походных условиях) или обратиться в поликлинику к хирургу. После манипуляции вымойте руки и обработайте ранку настойкой йода или спиртом. При отсутствии йода или спирта хорошо промойте место укуса водой, поскольку некоторые патогенные организмы выделяются с фекалиями клеща при сосании крови и могут быть позже с кожи занесены в ранку. Капать на клеща маслом и керосином, прижигать клеща - бессмысленно и опасно. Органы дыхания у клеща закупорятся, и клещ отрыгнет содержимое, что увеличит риск попадания инфекции.

## **ШАГ 2. ПРОВЕРЯЕМ ЕГО ЗДОРОВЬЕ**

В течение двух дней клеща надо отвезти в лабораторию. Некоторые центры соглашаются брать на анализ только целого клеща. Ответ выдают через несколько часов, максимум двое суток. Если вы все же вытащили клеща самостоятельно, то его так же следует отнести в течение двух дней в лабораторию областного центра ГСЭН (Калининград, улица Космическая 27) для исследования на зараженность боррелиозом и энцефалитом. Кстати, на анализ принимают не только целого паразита, но и его части. Не забудьте, что обращение в поликлинику за профилактическим лечением и в этом случае обязательно.

## **ШАГ 3. ПРИНИМАЕМ ЭКСТРЕННЫЕ МЕРЫ**

Если клещ укусил вас в регионе, который считается эпидемичным по энцефалиту, или если анализ клеща показал, что он заразен, понадобится инъекция противоклещевого иммуноглобулина. Ее нужно сделать в первые 96 часов после укуса клеща. Прививки бесплатные, однако если препарата нет в наличии, придется купить его в аптеке. Он обойдется от 2500 до 5000 рублей (в зависимости от дозы, которая определяется массой тела). Противопоказание – аллергические реакции на препараты крови. Если ваш клещ из благополучной по энцефалиту местности, инъекцию обычно не делают: во-первых, из-за риска аллергии, во-вторых, прививка сама по себе все-таки не полезна, в-третьих, она не гарантирует стопроцентной защиты от энцефалита и его осложнений – многое зависит от активности вируса и вашего иммунитета. Дополнительно для профилактики энцефалита рекомендуют популярные иммуностимуляторы: препараты на основе интерферона (например, виферон) и индукторы интерферона (например, арбидол, амиксин, анаферон, ремантадин). Их лучше начать принимать в первые же сутки после укуса клеща. Вакцины против боррелиоза нет. Более того, специалисты до сих пор не пришли к единому мнению о том, в какой момент после укуса клеща пить антибиотики и какие препараты более эффективны. Сложность в том, что клещи способны передавать сразу и энцефалит, и боррелиоз, а некоторые антибиотики могут утяжелять скрытое течение энцефалита. Поэтому врачи предпочитают не начинать лечение боррелиоза, пока не получат результат исследования клеща на энцефалит. Так что если после укуса клеща почувствуете себя плохо, не спешите принимать лекарства, советуйтесь и сдавайте анализ крови на инфекции.

#### **ШАГ 4. РАЗВЕИВАЕМ ПОЗДНИЕ СОМНЕНИЯ**

Клещ удален и проверен, регион благополучен по энцефалиту, но на душе все равно беспокойно? Провериться можно, сдав анализ крови из вены на боррелиоз и энцефалит. Бежать в лабораторию немедленно не имеет смысла, на эти инфекции организм выдает точный ответ только спустя дни, а то и недели. Если результат положительный – не паникуйте: во-первых, даже при заражении болезнь развивается не всегда, а во-вторых, в большинстве случаев заканчивается выздоровлением. Если результаты пограничные или сомнительные, лучше сделать повторный анализ через 1–2 недели. Если прошло уже более 2 месяцев после укуса клеща, можно не волноваться. Сдать анализ крови можно в инфекционных больницах, вирусологических лабораториях, крупных коммерческих лабораториях. Лаборатории, где можно проверить клеща. Чтобы определить индивидуальный риск заражения клещевым вирусным энцефалитом, можно, да и нужно провести экспресс-диагностику клеща на наличие в нем антигена вируса.

#### **Из жизни кровопийц**

- Клещи сидят на траве и низких кустарниках в 25–50 см от земли и ждут, когда вы их заденете.

- Клещи практически всегда ползут вверх – именно поэтому советуют заправлять брюки в носки, а рубашку в брюки. Молния лучше пуговиц, а спортивная кофта с капюшоном лучше кепки.
- Лучший способ защиты от клеща – противоклещевые репелленты. Если их нет под рукой, обработайте обычным антиперспирантом самые уязвимые места – область груди, подмышек, под коленями, руки и спину, а у детей – за ушами и на затылке. Клещей привлекает запах пота.
- Заразиться можно и от раздавленного клеща, если на коже есть ранка.
- Экстренная профилактика иммуноглобулином менее эффективна, чем предварительная вакцинация противоклещевыми вакцинами.