

Памятка «Эффективная защита от клещей в парках, в лесу»

Защита от клещей в лесу включает в себя:

- применение специальных средств – репеллентов;
- правильный выбор одежды;
- периодический осмотр тела и одежды.

Как защититься от укуса клеща? Первые действия по профилактике укуса можно произвести еще дома, обработав одежду и кожу в местах вероятного проникновения клещей специальными препаратами, репеллентами.

Репелленты оказывают отпугивающее действие. Они выпускаются в виде аэрозоля, которым нужно обработать открытую кожу и места соприкосновения с одеждой. Кроме того, репеллентами можно пропитать и одежду. Противоклещевой эффект на материи сохраняется до 3-5 дней. При этом следует помнить, что под влиянием влаги действие препарата значительно ослабевает, и обязательно учитывать этот факт.

Используя средства, которые можно наносить только на одежду, нужно быть весьма осторожным, поскольку попадание их на кожу не рекомендуется. Поэтому обработку одежды следует проводить на открытом воздухе и не заносить в дом до полного высыхания.

Выбор одежды

Как защитить себя от укуса клеща? В первую очередь, следует весьма ответственно подойти к выбору одежды для похода. В продаже имеются специальные энцефалитные костюмы, обеспечивающие максимальную защиту от попадания разнообразных насекомых. Однако можно надеть обычную удобную одежду, только при этом позаботиться о весьма значительных деталях - все элементы обязательно должны быть заправлены.

Клещи живут не только на деревьях, но и в кустах и траве. Напасть на человека они могут на любой высоте. Именно поэтому профилактику нужно начинать с ног, поскольку клещи лезут только вверх, но никак не вниз. Обувь обязательно должна быть закрытой. Можно надеть кроссовки, ботинки, но никак не шлепки или сандалии.

Уберечь от проникновения под одежду клещей позволят заправленные в носки штаны. Футболка или кофта обязательно должны быть заправлены в брюки. Если погода позволяет и на улице не слишком жарко, на руки следует обязательно надеть перчатки и заправить их в рукава. В крайнем случае следует использовать одежду с манжетами. Защищать шею лучше всего с помощью капюшона, а на голову надеть шапку или завязать косынку.

Если есть возможность, то следует отдать предпочтение светлой однотонной одежде. Это позволит своевременно заметить ползущего клеща и быстро избавиться от него.

Правила поведения

Способы защиты от клещей предусматривают определенные правила поведения на природе. Без крайней необходимости не нужно лезть в чащу. Следует избегать сухостоя и низкорослого кустарника. Лучше всего идти строго по тропинке, никуда не сворачивая. Во время движения не нужно срывать ветки, траву, цветы. Таким образом, можно запросто стряхнуть паразита себе на одежду. А если на пути следования возникли кусты или ветки, то лучше отодвинуть их палкой.