



Būkite atsargūs: ERKĖS jau pabudo!

Aktyvios erkės dažniausiai gyvena apie 10-20 cm aukštyje nuo žemės paviršiaus. Jos renkasi drėgnas vietas ir prieblandą, todėl dažniausiai aptinkamos lapuočių miško jaunuolyne, proskynose, krūmuose, aukštoje žolėje. Suaugusi neprisisiurbusi erkė yra maždaug 2 – 4 milimetrų dydžio. Kol erkė suranda, kur jai įsisiurbti, gali praeiti tam tikras laiko tarpas, kartais trunkantis net iki valandos.

PROFILAKTINĖS PRIEMONĖS:



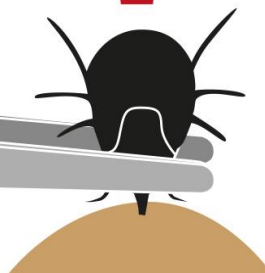
- ❖ Dėvėkite uždarus drabužius ilgomis rankovėmis, taip pat ilgas kelnes, kurias svarbu susikišti į puskojines. Iškylai į gamtą pasirinkite šviesesnius drabužius, nes tada lengviau erkę pastebėsite ir išvengsite jos įkandimo.
- ❖ Po iškylos gamtoje būtina rūpestingai apžiūrėti kūną. Ieškant prilipusių ir ropinėjančių erkių patariama gerai išsišukuoti plaukus, nusiprausti po dušu, persirengti kitais rūbais.
- ❖ Iškylaudami gamtoje venkite pamiškių ir aukštos žolės, naudokite erkes atbaidančias priemones, nors tai gelbsti tik trumpam laikui.
- ❖ Kadangi nėra patikimo apsaugos nuo erkių būdo, reikia imtis priemonių, padedančių išvengti erkių sukeltų ligų. Vienintelė patikima profilaktikos priemonė – skiepai nuo erkinio encefalito.



KĄ DARYTI ĮSISIURBUS ERKEI?

Pastebėjus įsisiurbusią erkę, reikia kuo skubiau ją ištraukti. Prieš traukdami nenaudokite riebalų ar kitų medžiagų – pašaliniai dirgikliai suintensyvina erkės mitybą. Traukdami pincetu erkės nesukiokite, o traukite staigiu judesiu. Pašalinus erkę, įkandimo vietą dezinfekuojame. Jeigu po erkės įsiurbimo atsirado gripą ar peršalimą primenančių simptomų, būtina kuo greičiau kreiptis į gydytoją.

Būtinai perspėkite apie erkės įkandimą.



Parengė Šiaulių miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuro Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė Ineta Sausdravaitė El. p. ineta.sausdravaite@sveikatos-biuras.lt

Tel.: 8 676 98149.

