# **Профилактика укусов клещей**

[Клещи](https://encephalitis.ru/index.php?newsid=19) обычно поджидают жертву, сидя на траве или ветке кустарника, и очень редко поднимаются на высоту выше метра. Поэтому обычно они цепляются к ногам человека и потом «ползут» вверх в поисках удобного места для присасывания. Правильно одевшись, вы сможете периодически снимать клещей с одежды, не давая им «добраться до тела»

## **Как правильно одеться, чтобы не стать жертвой клеща**

Находясь в местах обитания клещей, избегайте темных тонов в одежде, так как клещей труднее заметить на темном фоне.

Заправляйте верхнюю одежду в штаны, а штаны – в носки. Если нет капюшона - наденьте головной убор.

## **Пользуйтесь средствами химической защиты**

Обработайте одежду, спальник, палатку и другие предметы акарицидно-репеллентным или акарицидным средством.

В дополнение к обработке одежды на оголенные участки тела можно нанести защитный репеллент, который кроме укусов клещей защитит обработанные места и от укусов кровососущих насекомых.

Если Вы постоянно находитесь на ограниченной территории (дачный участок), на которой обитают клещи, то эту территорию можно обработать специальным инсектоакарицидным средством, убивающим клещей.

Подробней о средствах химической защиты от клещей и о том, как правильно ими пользоваться, можно прочитать в статье: "[Средства защиты от клещей](https://encephalitis.ru/index.php?newsid=35)".

## **Проводите профилактические осмотры**

Каждые 10-15 мин. проводите осмотр своей одежды, а на привалах по возможности делайте более тщательную проверку, осматривая голову и тело, в особенности выше пояса, [клещи чаще всего присасываются](https://encephalitis.ru/index.php?newsid=1006) именно там.

## **Отдых и ночлег**

Клещей всегда больше на тропах, так им проще найти жертву. Поэтому не стоит отдыхать, "заваливаясь" на траву в метре от тропы. На солнечных, сухих полянах клещей меньше, чем в тени (клещи плохо переносят отсутствие влаги).

При устройстве шалашей и других укрытий в весенний, осенне-зимний период следует помнить, что клещи зимуют в лестной подстилке, сухой траве и, отогревшись, могут напасть на человека.

## **Проводите осмотр одежды и других вещей по возвращению из похода**

После того, как придете домой, снимите одежду вне жилого помещения и тщательно ее осмотрите, обратив особое внимания на складки, швы, карманы.

## **Что делать, если клещи оказались в помещении**

Большинству видов клещей жилье человека не подходит для комфортного проживания и продолжения рода, однако достаточно длительное время (до нескольких недель) оказавшиеся в помещении клещи могут представлять опасность и при удобном случае напасть на человека.

Институт дезинфектологии не рекомендует обрабатывать жилые помещения от клещей (в том числе и с точки зрения токсикологии), в инструкции по применению любого акарицидного средства написано: "обработка от клещей только в природных стациях".

В случае, если клещи оказались в помещении, следует убрать с пола ковры, провести тщательную уборку с использованием пылесоса.

## **Специальная одежда для защиты от клещей**

Существуют специальные противоклещевые костюмы, их защитный механизм основан на специальных ловушках – тканевых складках особого кроя задерживающих клещей на участках костюма, обработанных акарицидным препаратом. Попав туда, клещ теряет активность и через несколько минут отпадает от костюма и погибает. Такие костюмы удобны в применении и значительно сокращают риски укусов клещей