

### **„Kleszcz mały czy duży – nic dobrego nie wróży”**

to tytuł programu edukacyjnego dotyczącego zapobiegania chorobom przenoszonym przez kleszcze na człowieka, adresowanego do uczniów szkół ponadgimnazjalnych i gimnazjalnych naszego powiatu i całego województwa warmińsko-mazurskiego.

Borelioza i kleszczowe zapalenie mózgu, to w Polsce najczęstsze choroby przenoszone przez kleszcze na człowieka. Najwięcej przypadków zachorowań stwierdza się w województwie podlaskim oraz warmińsko-mazurskim. Województwo warmińsko-mazurskie jest terenem wysoce endemicznym chorób przenoszonych przez kleszcze. Ma wyższy od ogólnopolskiego wskaźnik zapadalności na te choroby ( wskaźnik zapadalności na boreliozę jest trzykrotnie wyższy natomiast wskaźnik zapadalności na kleszczowe zapalenie mózgu jest siedmiokrotnie wyższy w porównaniu z Polską). Dane epidemiologiczne dla Polski, woj. warmińsko-mazurskiego oraz woj. podlaskiego pokazują wzrost wskaźnika zapadalności liczby zachorowań na boreliozę i kleszczowe zapalenie mózgu.

W przypadku boreliozy zakażeniom sprzyja endemiczne występowanie zakażonych kleszczy, wysoki procent zalesienia terenu, istnienie wielu ośrodków turystycznych na terenach zalesionych Warmii i Mazur oraz masowe zbieranie jagód i grzybów w okresie lata i jesieni. Położenie na terenie endemicznego występowania zakażonych kleszczy przekłada się także na ilość zachorowań na kleszczowe zapalenie mózgu.

W województwie warmińsko-mazurskim przypadki zachorowań koncentrują się głównie w powiatach wschodnich. W 2010 roku najwyższy wskaźnik zapadalności na boreliozę wystąpił w powiatach: Pisz – 187,6 ; Ostróda – 177,1; Mrągowo – 117,7; Węgorzewo - 85,9; Ełk – 75,1; Giżycko - 74,2; Olecko- 67,5. Najniższy w powiatach: Gołdap – 11,3; Elbląg – 15,3, (Iława – 49,7).

Analiza danych epidemiologicznych wskazuje potrzebę prowadzenia działań edukacyjnych w zakresie chorób przenoszonych przez kleszcze na człowieka w celu zwiększenia świadomości mieszkańców województwa dotyczącej profilaktyki boreliozy i kleszczowego zapalenia mózgu.

Celem programu jest zmniejszenie liczby zachorowań na choroby przenoszone przez kleszcze na człowieka poprzez poszerzenie wiedzy młodzieży szkół ponadgimnazjalnych i ich rodziców w zakresie profilaktyki chorób przenoszonych przez kleszcze, szczególnie szczepień ochronnych jako skutecznej metody profilaktyki kleszczowego zapalenia opon mózgowych i mózgu.

Na terenie powiatu iławskiego przystąpiły do programu, w roku szkolnym 2010/11 Zespół Szkół Rolniczych w Kisielicach, Zespół Placówek Szkolno-Wychowawczych w Iławie i Zespoły Szkół im. Konstytucji 3 Maja i im. Bohaterów Września w Iławie, Zespół Szkół w Suszu, Gimnazjum Samorządowe nr 2 w Iławie), w których edukację uczniów i rodziców prowadzą nauczyciele i pielęgniarki przeszkolone przez pracowników Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Iławie na temat:

- sytuacji epidemiologicznej chorób odkleszczowych w Polsce, województwie warmińsko – mazurskim, województwie podlaskim i na terenie powiatów,
- występowania, zasad rozmnażania i odżywiania się kleszczy,
- charakterystyki wybranych chorób przenoszonych przez kleszcze na człowieka,
- metod profilaktyki chorób przenoszonych przez kleszcze na człowieka.

Kleszcze występują powszechnie na terenie całego kraju. Są aktywne od wczesnej wiosny do późnej jesieni. Żyją w miejscach lekko wilgotnych i obfitujących w roślinność. Można spotkać je w lasach i na ich obrzeżach, w zagajnikach, na obszarach porośniętych wysoką trawą, zaroślami lub paprociami, na łąkach, pastwiskach, nad brzegami rzek i jezior. Pojawiają się także w parkach i na działkach. Żyją one w ściółce i w poszukiwaniu swych żywicieli (zwierząt, ludzi) wspinają się na trawy i krzewy nie wyżej niż na 20 do 70 cm. Kleszcze żywią się krwią zwierząt i ludzi. Posiadają zmysły powonienia i temperatury, które pozwalają im na wykrycie „ofiary”. W czasie wysysania krwi przenoszą groźne dla zdrowia wirusy kleszczowego zapalenia mózgu i bakterie boreliozy.

Jak chronić się przed kleszczami w przyrodzie?

Właściwy ubiór podczas przebywania w siedliskach kleszczy może utrudnić przedostanie się kleszcza na skórę człowieka. Ściąganie gumką nogawek spodni lub wkładanie nogawek w skarpetki, noszenie

obuwia krytego i bluzek z długim rękawem. Stosowanie środków odstrasżających (repelentów kupionych w aptece). Staranne oglądanie ubrania i skóry po powrocie z lasu, parku i innych siedlisk, w których istnieje ryzyko atakowania ludzi przez kleszcza. Kleszcze zanim zakotwiczą się hypostomem w skórze poszukują odpowiedniego miejsca do żerowania, które następnie znieczulają dlatego nie czujemy bólu podczas ukłucia.

U dzieci najczęściej (w około 70% przypadków) lokalizują się na głowie, zazwyczaj na granicy włosów i za uszami, zaś u dorosłych w miejscach gdzie skóra jest delikatna (najczęściej w naturalnych zgięciach ciała np. pod kolanami, w pachwinach, na brzuchu, pod piersiami).

Jak usunąć przyczepione do skóry kleszcze?

Kleszcza należy uchwycić delikatnie pensetą przy samej skórze i wyciągnąć zdecydowanym ruchem obrotowym. Przy takim ruchu zęby hypostomu stawiają mniejszy opór, przez co kleszcz nie zostaje uszkodzony i nie ma niebezpieczeństwa wylania na skórę zawartości jego ciała, w której mogą znajdować się drobnoustroje. Podczas usuwania kleszcza nie naciskać na jego ciało, nie przypalać, nie smarować masłem, lakierem, nie maltretować albowiem może to doprowadzić do wyrzucenia treści pokarmowej kleszcza do rany i tym samym zwiększyć ryzyko zakażenia. Po wyjęciu kleszcza miejsce ukłucia starannie zdezynfekować.

W aptekach dostępne są także różnego rodzaju pompki, które należy stosować zgodnie z zaleceniami producentów.

Więcej informacji na stronie [www.wsse.olsztyn.pl](http://www.wsse.olsztyn.pl) i [www.kleszczeinfo.pl](http://www.kleszczeinfo.pl)

Iwona Marchlewska  
Promocja Zdrowia i Oświata Zdrowotna  
Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna  
w Iławie