

# Lato z kleszczami. Jak się chronić?

Tereny północno-wschodniej Polski należą do regionów zwiększonego występowania kleszczy. Powodem tego jest duża ilość lasów, terenów podmokłych sprzyjających występowaniu zwierząt – żywicieli kleszczy.

W Polsce mamy do czynienia z 3 gatunkami kleszczy, które różnią się cechami fizycznymi oraz miejscem występowania. Kleszcz pospolity (*Ixodes ricinus*) żyje na terenie całego kraju i preferuje środowiska wilgotne, porośnięte przez lasy i bory mieszane, a także niskie krzewy, wysokie trawy. Teren Puszczy Białowieskiej opanował kleszcz tajgowy (*Ixodes persulcatus*). Natomiast popularny kleszcz łąkowy (*dermacentor reticulatus*) jest obecny w zagajnikach, na skraju łąk i lasów.

*- Kleszcze są pasożytami żywiącymi się krwią kręgowców. Atakują drobne gryzonie, ptaki, lisy, zające, zwierzynę płową, dziki, żubry. Bytują na zwierzętach domowych, takich jak psy, koty, a także na zwierzętach hodowlanych: koniach, krowach, kozach. Kleszcze zwykle czekają na swoją zdobycz na trawach, paprociach czy gałązkach, zwykle na wysokości do ok. 1.5 metra nad ziemią.* - mówi prof. dr hab. Anatol Panasiuk, gastrolog, internista, lekarz chorób zakaźnych.

Lokalizują się wzdłuż ścieżek i szlaków wędrówki zwierząt. Niższe partie roślin (do 30 cm nad ziemią) zasiedlają larwy i nimfy, na wyższych - lokalizują się zwykle dorosłe osobniki kleszczy. Kleszcz łatwiej chwyta odnóżami ubrania o „włochatej” powierzchni, np. swetry niż o śliskiej - poliestrowe czy gumowane.

Kleszcze, dzięki migracji zwierząt, przelotom ptaków, w krótkim czasie mogą pokonywać duże dystanse, pojawiając się w miejscach nietypowych, np. w ogrodach, parkach, na balkonach. Biolodzy wykonują badania kleszczy oceniając odsetek zakażonej lub zarażonej populacji w różnych regionach. Z badań tych wynika, że co roku w tych samych ostojach leśnych występuje różny odsetek kleszczy zakażonych. To odzwierciedla dużą migrację kleszczy i brak pewności co do „bezpiecznych” okolic, wolnych od zakażonych kleszczy.

*- Kleszcze przenoszą wiele różnych chorobotwórczych wirusów, bakterii, pasożytów, a nawet grzybów jednokomórkowych. Są one wektorami tych drobnoustrojów, same zakażają się krwią od zwierząt, gryzoni, ptaków. Patogeny mogą być przekazywane na kolejne stadia kleszczy. Jeżeli dojdzie do zakażenia kleszcza w stadium nimfy, to patogeny wykrywane są w kolejnych stadiach rozwojowych kleszcza (larwa, imago). W każdym ze stadiów żerujący kleszcz przekazuje wraz z wydzieliną gruczołów ślinowych patogeny kolejnemu żywicielowi. Dlatego obserwujemy ciągłe krążenie chorobotwórczych drobnoustrojów w populacji kleszczy, zwierząt i ludzi.* - mówi prof. dr hab. Anatol Panasiuk, gastrolog, internista, lekarz chorób zakaźnych.

Kleszcze zwykle lokalizują się w miejscach owłosionych, wilgotnych, tj. pod pachami, w pachwinach, w skórze owłosionej głowy. Wyspecjalizowany aparat tnąco-ssący kleszcza łatwo nacina skórę wprowadzając do tkanek substancje znieczulające, cementujące oraz trawiące. Dlatego dopiero w 2-3 dobie po wkłuciu kleszcza odczuwa się świąd, ból, obrzęk. Czas bytowania w skórze kleszcza jest różnie długi od 2 do 6 dni w zależności od stadium rozwojowego kleszcza. Każde żerowanie prowadzi do przejścia w kolejną fazę zaczynając od larwy, przez nimfę i ostatecznie w postać dojrzałą kleszcza. Jedynie postać dojrzała ma zdolność do składania jaj.

Jednym z czynników decydujących o zachorowaniu na chorobę „odkleszczową” jest długość żerowania kleszcza w skórze człowieka. Im później odkryjemy kleszcza, tym większa możliwość wystąpienia choroby. Warunkiem zasadniczym jest oczywiście to czy kleszcz jest zakażony jakimś patogenem oraz czy wystarczająca jest ilość patogenu, który wnika do organizmu człowieka. Dlatego ważne jest możliwe jak najszybsze usunięcie kleszcza, by nie dopuścić do przeniknięcia dużej dawki drobnoustroju.

Uchronienie się przed chorobami przenoszonymi przez kleszcze jest trudne. W przypadku kleszczowego zapalenia mózgu, istnieje możliwość wykonania szczepień ochronnych, które dają bardzo wysoki poziom odporności na tą chorobę. Jednak w przypadku pozostałych drobnoustrojów chorobotwórczych nie istnieje możliwość ochrony poprzez szczepienia ochronne. Największym problemem jest oczywiście brak czynnego zabezpieczenia przeciwko bakteriom *Borrelia burgdorferi* odpowiedzialnym za wystąpienie boreliozy.

Dlatego też po kontakcie z kleszczem należy obserwować miejsce ukąszenia, bowiem może pojawić się w ciągu kilku - kilkunastu dni zaczerwienienie, najczęściej z przejaśnieniem w środku, tzw. rumień wędrujący, który

świadczy o chorobie. Niestety u części osób nie występuje typowy rumień , a pojawiają się objawy stawowe lub neurologiczne boreliozy. W przypadku zakażenia od kleszcza innymi drobnoustrojami (wirusy, rikettsie, pasożyty) objawy mogą być bardzo różnorodne i wymagają specjalistycznej diagnostyki oraz leczenia.

Możemy uchronić się przed kontaktem z kleszczami stosując odpowiednią odzież (długie nogawki, rękawy, nakrycie głowy) oraz używając preparatów odstraszających kleszcze. Są to tzw. repelenty, które zawierają związki zniechęcające stawonogi (w tym kleszcze, komary, meszki) do żerowania. Repelenty można stosować na skórę (np. Moskito Guard, preparaty z pikardyną, DEET i inne), a niektóre wyłącznie na ubrania (np. preparaty z permetryną).

Podsumowując, nie należy unikać kontaktów z naturą, wystarczy odpowiednie, fachowe przygotowanie by zminimalizować ryzyko choroby odkleszczowej.

Pamiętaj:

- należy odpowiednio przygotować się przed wyjściem do lasu
  - odzież: długie nogawki, rękawy, nakrycie głowy, z materiału o śliskiej fakturze, buty z wysoką cholewką
  - używaj repelentów na odsłonięte fragmenty skóry oraz ubranie
- dokładnie obejrzyj ciało po powrocie z lasu (najlepiej weź prysznic ponieważ łatwo można w ten sposób spłukać wędrujące po skórze kleszcze)
- wykonaj szczepienie ochronne przeciwko kleszczowemu zapaleniu mózgu
- po kontakcie z kleszczem obserwuj siebie przez kilka tygodni pod kątem ew. wystąpienia objawów zakażenia (gorączka, bóle głowy, kostno – stawowe, zmiany na skórze)
- nie każde ukąszenie przez kleszcza kończy się chorobą, bowiem znaczna większość kleszczy nie jest zakażona drobnoustrojami chorobotwórczymi, dlatego nie panikuj po kontakcie z kleszczem, bądź jednak czujny.

**AUTOR: prof. dr hab. Anatol Panasiuk, gastrolog, internista, lekarz chorób zakaźnych, współpracujący z Centrum Medycznym Medicover w Białymstoku**

**źródło: wrotapodlasia.pl**