

Kleszcze - na co powinniśmy uważać. Wywiad z dr n. med. Anną Nowicką - Ciełuszecką, koordynatorem Oddziału Obserwacyjno -Zakaźnego SP ZOZ w Hajnówce

Tereny północno-wschodniej Polski należą do regionów zwiększonego występowania kleszczy. I choć lato powoli dobiega końca, ciepła aura sprawia, że pasożyty będą aktywne do późnej jesieni. Ugryzienie kleszcza może być przyczyną wielu poważnych chorób m.in. kleszczowego zapalenia mózgu, boreliozy czy anaplazmozy. Wraz z początkiem lata w sieci systematycznie publikowane są teksty przestrzegające przed kleszczami, których już same nagłówki potęgują strach. Internet to prawdziwa kopalnia publikacji -krąży tu wiele mitów na temat kleszczy, sposobów ich zwalczania (im dalej w sieć, tym bardziej fantastycznych :)), o następstwach chorób kleszczowych - a w im groźniejsze tony uderzają, tym mocniej mają oddziaływać. I choć wywołanie emocji ma z reguły jeden cel - klik w artykuł (z czego większość internautów nie zdaje sobie sprawy), strach pozostaje. Tymczasem kleszcz kleszczowi nierówny i nie każde ugryzienie oznacza chorobę. Oczywiście, powinniśmy uważać, ale na widok kleszcza powinniśmy reagować przede wszystkim spokojem. O skutkach ukłucia pajęczaków, sposobach ich zwalczania oraz profilaktyce porozmawiamy z dr n. med. Anną Nowicką - Ciełuszecką, koordynatorem Oddziału Obserwacyjno -Zakaźnego SP ZOZ w Hajnówce

Redakcja: Jak powinniśmy postępować w przypadku ukąszenia kleszcza?

Dr Anna Nowicka - Ciełuszecka: W przypadku ukąszenia ważne jest szybkie usunięcie go ze skóry. Najlepiej używać pęsety lub przeznaczonych do tego przyrządów. Miejsce po ukąszeniu i ręce zdezynfekować.

Czy samo ukłucie kleszcza jest już podstawą do zgłoszenia się do lekarza POZ?

Nie każdy kleszcz jest zainfekowany- więc nie każdy przenosi chorobę. Szacuje się, że ok. 3-15 proc. kleszczy może być zakażonych wirusem kleszczowego zapalenia mózgu/KZM/. Podobnie w przypadku boreliozy - nie wszystkie kleszcze są zakażone krętkami z rodzaju *Borrelia*, a jedynie pewien ich odsetek (zwykle kilka procent kleszczy). Po usunięciu kleszcza należy miejsce obserwować; w razie wystąpienia niepokojących objawów - zaczerwienienia w miejscu po kleszczu i/lub gorączki, objawów grypopodobnych - należy zgłosić się do lekarza.

Jakie choroby wywołują kleszcze i jaki jest mechanizm tych chorób?

Kleszcze mogą być przenosicielami chorób wirusowych, bakteryjnych i pierwotniakowych. Choroby wirusowe - to w naszej szerokości geograficznej - głównie kleszczowe zapalenie mózgu. Choroby bakteryjne - to oprócz najbardziej znanej boreliozy- tularemia, gorączka Q, TIBOLA (limfadenopatia odkleszczowa), anaplazmoza; choroby pierwotniakowe - babeszjoza - głównie jako choroby psów, bydła, koni.

Podobno rozpoznanie zapalenia mózgu lub opon mózgowo-rdzeniowych jest możliwe dopiero w fazie objawów neurologicznych. Czy tak rzeczywiście jest?

U części pacjentów narażonych na ekspozycję na wirusa KZM - mogą nie wystąpić żadne objawy. U pacjentów z chorobą objawową - występują dwie fazy: pierwsza związana z obecnością wirusa we krwi i druga - spowodowana obecnością wirusa w układzie nerwowym. Możliwy jest taki przebieg infekcji, że choroba kończy się na pierwszej fazie - całkowitym wyzdrowieniem. W grupie pacjentów, u których doszło do zajęcia układu nerwowego, czyli wystąpiła druga faza choroby - pojawiają się objawy wskazujące na zapalenie opon mózgowo-rdzeniowych

Czy rumień pojawia się zawsze? Co, jeśli nie - wówczas jakie objawy powinny zwrócić naszą uwagę?

Rumień wędrujący jest objawem boreliozy, występuje u ponad połowy pacjentów (co- z drugiej strony oznacza, że blisko połowa pacjentów nie obserwuje typowej zmiany skórnej). Rozwija się w miejscu wkłucia kleszcza w ciągu 3 do 30 dni. Jest zmianą plamistą, owalną lub okrągłą, czerwoną (lub czerwono-siną) rzadko bolesną,

niekiedy swędzącą, rozszerzającą się na obwód z przejaśnieniem z w centrum, średnica zmiany to min 5cm). Należy odróżnić rumień wędrujący od miejscowej zmiany pojawiającej się w m-cu po usunięciu kleszcza (jest to miejscowy stan zapalny, który nie jest objawem boreliozy). W przypadku wątpliwości należy zwrócić się do lekarza.

Jak wygląda proces rozpoznania choroby od-kleszczowej u pacjenta? Jakie badania się wykonuje? Jakiego leczenia możemy się spodziewać?

Proces diagnostyczny i leczenie jest zależne od tego jaką chorobę odkleszczową podejrzewamy. Proces diagnostyczny to wywiad zebrany od pacjenta, przesłanki epidemiologiczne, badanie pacjenta, wykonywane badania laboratoryjne, badania serologiczne. Przykładowo do rozpoznania kleszczowego zapalenia mózgu wykorzystuje się testy immunoenzymatyczne umożliwiające wykrycie swoistych przeciwciał w klasie IgM i IgG w surowicy krwi oraz w płynie mózgowo-rdzeniowym pobranym w czasie punkcji łądźwiowej.

Czy badania w kierunku chorób od-kleszczowych możemy wykonać tylko na skierowanie lekarza?

Podobnie jak inne badania można wykonać je odpłatnie, prywatnie, bez skierowania od lekarza.

Czy choroby odkleszczowe są całkowicie uleczalne?

Wobec mnogości chorób, których przenosicielami mogą być kleszcze, zróżnicowanym ich przebiegiem - zależnym od wielu czynników (min wiek pacjenta, choroby przewlekłe) - rokowanie w każdej z nich należy rozpatrywać indywidualnie; Jeśli można użyć uogólnienia, to w większości przypadków boreliozę można skutecznie wyleczyć za pomocą antybiotykoterapii. W przypadku kleszczowego zapalenia mózgu - nie każde zakażenie kończy się zachorowaniem. Może przebiegać bezobjawowo i/lub ulec samowyleczeniu, przybrać postać grypopodobną bez zajęcia ośrodkowego układu nerwowego lub postać zapalenia opon mózgowo-rdzeniowych. Większość zachorowań przebiegających pod postacią zapalenia opon kończy się wyleczeniem, jednak u części pacjentów przebyte KZM może wiązać się z wystąpieniem powikłań, niezależnie od czasu rozpoznania i przebiegu leczenia. Powikłania to np. niedowłady nerwów czaszkowych lub objawy dotyczące sfery psychicznej, np. zaburzenia pamięci.

Ilu pacjentów rocznie jest leczonych w oddziale i poradni na choroby odkleszczowe? Czy liczba ta rośnie?

Na obserwowany wzrost zachorowań na choroby odkleszczowe wpływ mają:

- zmiany klimatyczno-środowiskowe - łagodne zimy sprzyjają utrzymaniu i wzrostowi populacji kleszczy, wydłużeniu okresu ich żerowania;
- czynniki antropogeniczne: osuszanie bagien, zalesianie, -migrujące ptaki przenoszące zakażone kleszcze;
- przemiany środowiskowe powodujące że w lasach kleszcze mają mniej pożywienia a w miastach odwrotnie;
- zmiana sposobu spędzania wolnego czasu- większa aktywność ludzi na terenach rekreacyjnych i leśnych;
- większa rozpoznawalność chorób przenoszonych przez kleszcze.

Pacjenci chorujący na choroby przenoszone przez kleszcze stanowią znaczną grupę chorych- leczonych w Oddziale Obserwacyjno-Zakaźnym i Poradni Chorób Zakaźnych; pozostajemy endemicznym rejonem zachorowań na choroby odkleszczowe. Corocznie - kilkanaście lub kilkadziesiąt osób jest hospitalizowanych z powodu kleszczowego zapalenia mózgu; chorujący na boreliozę to duża grupa naszych pacjentów w Oddziale i Poradni Chorób Zakaźnych.

Jakie zasady należy stosować, aby uniknąć kleszczy?

Wybierając się miejsca w których mogą żerować kleszcze zalecane jest noszeniu jasnych ubrań osłaniających skórę, z długimi rękawami, obcisłymi mankietami oraz spodni z długimi nogawkami, wkładanymi w skarpety. Jasny kolor ubrań pozwala łatwiej zauważyć kleszcza. Można stosować repelenty - ich stosowanie powinno być zgodnie z zaleceniami producentów, szczególnie rozważne u małych dzieci. Po powrocie do domu dokładnie obejrzeć - u dzieci całe ciało, a u dorosłych zwrócić uwagę na miejsca za uszami, na szyję, pachy, pachwiny, doły łokciowe, kolanowe i okolice intymne. Ubranie najlepiej uprać.

Często zaleca się, by po spacerze np. w lesie wziąć kąpiel. Gorąca woda odstraszy kleszcza?

Prysznic lub kąpiel może być pomocna w mechanicznym usuwaniu kleszczy, które mogą być na naszej skórze.

Kleszcze atakują głównie latem ale przy ciepłej aurze można je spotkać także późną jesienią a nawet zimą. Jak długo trwa okres wegetacyjny kleszczy? Kiedy sezon na kleszcza się skończy?

Jeśli temperatura przez pewien czas utrzymuje się powyżej 7-10 stopni Celsjusza, kleszcze zaczynają być aktywne- poszukiwać żywicieli. Zakażenia u ludzi występują w okresie od kwietnia do listopada, z dwoma szczytami zachorowań: wiosennym (czerwiec, lipiec) i jesiennym (wrzesień, październik). Do zakażenia człowieka dochodzi w wyniku ukłucia przez zakażonego kleszcza. Innym naturalnym sposobem zakażenia, choć znacznie rzadziej występującym, jest zakażenie drogą pokarmową po spożyciu niepasteryzowanego mleka koziego, owczego lub krowiego. Zakaźne mogą być również produkty pochodzenia mlecznego, takie jak jogurty, sery i masło.

Jaką profilaktykę możemy stosować w przypadku chorób odkleszczowych?

Aktualnie dysponujemy tylko szczepionką zabezpieczającą przed kleszczowym zapaleniem mózgu. W przypadku pozostałych chorób - nie ma takiej możliwości zapobiegania. Wczesne usuwanie kleszczy jest bardzo ważnym elementem profilaktyki chorób odkleszczowych. Świadomość społeczeństwa, rozpowszechnianie wiedzy na temat chorób przenoszonych przez kleszcze jest równie istotne.

Czy szczepionka 100-procentowo chroni przed ryzykiem wystąpienia chorób od-kleszczowych?

Aktualnie dysponujemy szczepionką, która zabezpiecza tylko przed zachorowaniem na kleszczowe zapalenie mózgu; nie mamy szczepionek chroniących przed pozostałymi chorobami, których przenosicielami mogą być kleszcze. Skuteczność szczepionek u ludzi regularnie szczepionych sięga 99%.

Przeciwnicy szczepień i w tym przypadku są przekonani o możliwości powikłań poszczepiennych oraz nieskuteczności szczepionki. Co Pani na ten temat sądzi?

Szczepienia ochronne są najskuteczniejszym i najbardziej efektywnym sposobem zapobiegania kleszczowemu zapaleniu mózgu. Po podaniu szczepionki mogą występować - zazwyczaj łagodne - gorączka, ból czy niewielki obrzęk w miejscu podania szczepionki.

W internecie krąży wiele newsów na temat kleszczy - można przeczytać np. że grupa krwi czy zapach potu wpływa na ryzyko ukąszenia, że kleszcze potrafią „wyczuć” ofiarę z kilkumetrowej odległości, że czają się w konarach drzew i potrafią skakać na potencjalną ofiarę. Ile z tych rewelacji to fakty?

Kleszcze bytują na roślinach do wysokości ok 1,5 m - nie spadają na żywiciela z drzew; nie widzą - więc nas nie wypatrują. Najbardziej lubią tereny przejściowe - pomiędzy różnymi typami roślinności, np. skraj lasu i łąki, polany czy brzegi ścieżek. W odnóżach mają organ rejestrujący zapachy, feromony, ciepło, stężenie dwutlenku węgla. W trakcie swojego 2-letniego cyklu życiowego kleszcze muszą spożyć po jednym posiłku z krwi przed każdym przeobrażeniem w następane stadium rozwojowe/ larwa- nimfa - postać dorosła/. Żerują zazwyczaj na drobnych kręgowcach/ larwy, nimfy/, postaci dorosłe na większych zwierzętach/ np. sarny/; żywicielami mogą też być ludzie.

Internet jest także kopalnią pomysłów jak ustrzec się przed kleszczami - szczególnie polecane są przeróżne kombinacje z udziałem cytrusów, olejków eterycznych i ziół. Czy rzeczywiście mieszanki zapachowe skutecznie odstraszą kleszcze?

Nie chcę wypowiadać się na tematy bez medycznego uzasadnienia. Skuteczność udowodnioną mają repelenty

Wciąż popularne są chałupnicze metody usuwania kleszczy takie jak smarowanie go octem czy tłuszczem - dlaczego nie powinniśmy tego robić?

Smarowanie kleszcza prowokować może opróżnianie przewodu pokarmowego kleszcza - zwiększając ryzyko zakażenia, przekazania wirusów lub bakterii.

Dziękujemy za rozmowę.

Mieszkańcy regionu Puszczy Białowieskiej są szczególnie narażeni na ataki tych pajęczaków - Zielone Płuca Polski to epicentrum strefy działalności kleszczy. W celu zwiększenia świadomości mieszkańców odnośnie profilaktyki kleszczowej, Dyrekcja Samodzielnego Publicznego Zakładu Opieki Zdrowotnej w Hajnówce zaangażowała się w projekt, realizowany przy wsparciu funduszy unijnych pn. „Profilaktyka chorób odkleszczowych i eliminowanie skutków ich występowania w najbardziej zagrożonych grupach ryzyka województwa podlaskiego.” Projekt skierowany jest do mieszkańców powiatu hajnowskiego, w wieku 18 -64 lata, pracujących w sektorze „rolnictwo, łowiectwo, rybactwo” - a więc w zawodach najbardziej narażonych na kontakt z kleszczami. Z projektu wyłączeni są leśnicy. Uczestnicy mogą wziąć udział w zajęciach edukacyjnych na temat chorób odkleszczowych oraz szczepieniach przeciw Kleszczowemu Zapaleniu Mózgu po preferencyjnej cenie -za 3 dawki szczepień uczestnik zapłaci 30 zł (10 zł za jedną dawkę). Pierwsze z cyklu spotkań już za nami - **na kolejne zapraszamy 24 września**. Zapisy i szczegóły dot. spotkania pod nr telefonu: 85 682 90 42 oraz e-mail: idudar@spzoz.hajnowka.pl. Już teraz zapraszamy do udziału w szkoleniu!

Katarzyna Miszczuk

Iza Dudar