**Осторожно, клещи!**

У каждого из нас появляется желание вырваться за пределы города, притронуться к просыпающейся весенней природе, насладиться теплыми летним солнцем. Однако прогулка в лес весной или ранним летом может быть сопряжена не только с положительными эмоциями, но и с опасностью быть укушенным клещом и заразиться болезнью Лайма или клещевым энцефалитом.

Поэтому при прогулке по лесу или на лугу не стоит пренебрегать мерами безопасности.

*Какие меры безопасности следует соблюдать?*

В лес стоит отправляться, позаботившись, прежде всего, о защите ног. Самой практичной одеждой для этого будут являться спортивные штаны из гладкой материи, которые рекомендуется заправить в носки.

При выборе обуви, более предпочтительными будут резиновые сапоги.

Голову так же стоит прикрыть, убрав при этом все волосы под головной убор.

Прогуливаясь по лесу, не увлекайтесь лазаньем по густорастущим кустарникам (орешника, малины, ольхи и прочим). Именно в них чаще всего можно повстречаться с клещами.

После возвращения домой в обязательном порядке следует с ног до головы осмотреть свое тело и вытряхнуть одежду. Даже если у Вас короткие волосы, не помешает их вычесать мелкой расческой.

Конечно же, из-за опасности подцепить клеща не стоит отказывать себе в отдыхе на природе. Помните, что клещ не станет впиваться в кожу моментально и при регулярном, ежечасном осмотре себя Вы сможете его обнаружить вовремя. Клещ достаточно придирчиво выискивает место для своего укуса. Излюбленными же местами являются те, где кожа тонкая и нежная: внутренняя поверхность бедер, области паха и подмышек, шея. Именно этим зонам стоит уделить максимум внимание при осмотре.

Если Вы обнаружили присосавшегося клеща, необходимо его удалить как можно быстрее. Существует несколько способов удаления клещей. Но все они отличаются только инструментом, которым удаляется клещ. Удобнее всего удалять изогнутым пинцетом или хирургическим зажимом. Клеща захватывают как можно ближе к хоботку, затем его аккуратно потягивают и при этом вращают вокруг своей оси в удобную сторону. Через 1-3 оборота клещ извлекается целиком вместе с хоботком. Если же клеща пытаться выдернуть, то велика вероятность разрыва. Если нет инструментов, то можно удалить петлей из грубой нитки. Петлей клещ захватывается как можно ближе к коже и аккуратно, пошатывая в стороны вытягивается.

Обработка маслом не заставит клеща вынуть хоботок. Масло только убьет его, закупорив дыхательные отверстия. Масло заставит клеща отрыгнуть содержимое в ранку, что может увеличить риск заражения. Поэтому масло использовать нельзя.

После удаления ранку обрабатывают йодом, либо другим антисептиком для кожи.