



Pamiętaj, aby podczas spacerów po parkach, lasach i innych terenach zielonych zwrócić **szczególną uwagę** na **kleszcze**.

Mimo swoich niewielkich rozmiarów roztocza te mogą przenosić **wiele czynników chorobotwórczych** niebezpiecznych dla zdrowia ludzi i zwierząt domowych.

Możesz zmniejszyć ryzyko przyczepu kleszcza pamiętając o kilku podstawowych kwestiach:



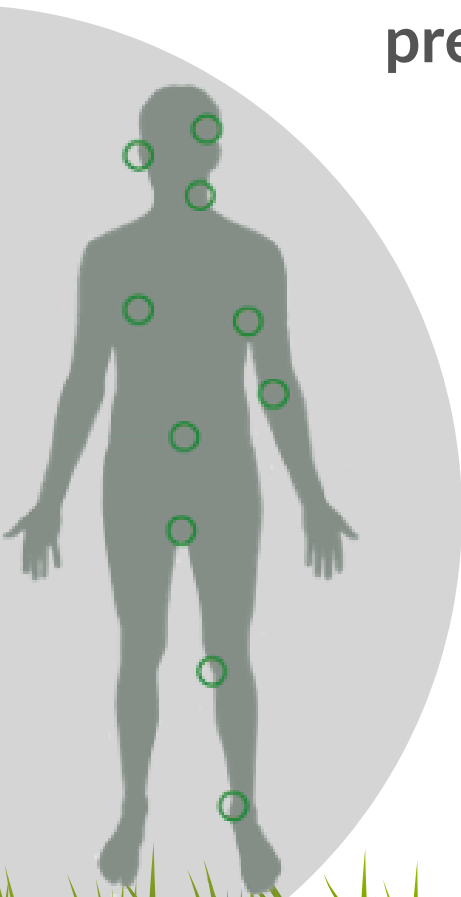
Największa aktywność kleszczy przypada w godzinach **od 8:00 do 12:00** oraz **od 15:00 aż do zmierzchu**.

Długie rękawy, spodnie oraz nakrycie głowy stanowią utrudnienie dla kleszczy podczas poszukiwania miejsca do żerowania na naszym ciele. Im **jaśniejsze ubranie**, tym większa szansa na dostrzeżenie wędrującego kleszcza.



Kleszcze mogą występować **do wysokości 1,5 m** nad ziemią, m. in. w zaroślach, miejscach zakrzewionych, w niskich i wysokich trawach oraz pod suchymi liśćmi.

Mają bardzo wyczulony **zmysł węchu** i są **wrażliwe na zapachy**. Podczas spaceru warto więc stosować ogólnodostępne na rynku preparaty odstraszające.



Prysznic po spacerze i dokładne sprawdzenie ciała oraz ubrań zwiększy prawdopodobieństwo znalezienia kleszcza. Szczególnie upodobały sobie do żerowania miejsca o **cienkim i delikatnym naskórku** zaznaczone na sąsiednim rysunku.



Jeśli jednak profilaktyka nie pomoże pamiętaj, aby:

**Nie nakładać** na kleszcza żadnych maści, kremów, tłuszczu.

**Nie wyciskać** kleszcza.

Decydując się na samodzielne usunięcie kleszcza skorzystać z **dostępnych w aptekach zestawów** przeznaczonych do tego celu czy pęsety.

Nie zapominać o **obserwowaniu** miejsca wyciągnięcia kleszcza przez najbliższe 4 tygodnie.

**Nie bagatelizować** objawów osłabienia organizmu.

**JEŚLI ZAUWAŻYSZ U SIEBIE NIEPOKOJĄCE OBJAWY NIEZWŁOCZNIE SKONTAKTUJ SIĘ Z LEKARZEM.**

Czy wiesz, że ...

W Polsce kleszcze mają dwa szczyty aktywności: wiosna (**maj**) oraz jesień (**wrzesień**).

Zagłębieniu się kleszcza w skórę towarzyszy wydzielanie dużej ilości szybko twardniejącej śliny. **Substancja cementowa** twardnieje przy kontakcie z powietrzem. Wytworzony futerałik cementowy mocno umocowuje narządy gębowe kleszcza w skórze żywiciela. Kleszcz wydziela też drugi typ śliny powodujący rozpad tkanek żywiciela i **zapobiegający krzepnięciu krwi**. Dlatego też nie czujemy wędrującego kleszcza i momentu, w którym wbija się w ciało.

Kleszcze **nie wędrują** po drzewach i **nie spadają** z nich. Mogą jedynie występować w gniazdach i dziuplach zanieśone tam przez ptaki lub inne zwierzęta.

W trakcie swojego życia samica kleszcza składa w ziemi od **kilkuset do kilku tysięcy jaj**. Wykluwające się z nich **larwy** wspinają się na krzewy i trawy. Stamtąd mogą wejść na żywiciela i pożywić się jego krwią. Następnie larwa odpada od żywiciela i wraca do środowiska, gdzie rozwija się do kolejnej postaci – **nimfy**, która znów wymaga krwi w celu przekształcenia się w dorosłą formę kleszcza (**imago**). Cały cykl rozwojowy kleszczy trwa **od 1 roku do 3 lat**.



**NA SZCZĘŚCIE NIE KAŻDY KLESZCZ JEST NOSICIELEM CHORÓB**