

Sezóna kliešťov je opäť tu

Zimné obdobie končí a nás láka pobyt na čerstvom vzduchu, na slniečku, v prírode. Treba byť však opatrný, pretože s prebúdajúcou sa prírodou sa opäť začínajú prebúdať aj miniatúrne nebezpečné parazity, teda aj kliešte. V súčasnosti začínajú byť kliešte aktívnejšie omnoho skôr ako to bolo v minulosti, vzhľadom k tomu, že dlhodobo nebývajú teploty hlboko pod nulou a s otepľovaním prostredia a vzduchu začínajú byť aktívne aj kliešte. Svoju aktivitu začínajú už pri teplote okolo 5 °C. Dá sa však povedať, že v súčasnosti majú kliešte už celoročnú sezónu.

V minulosti sa predpokladalo, že kliešte na nás striehnu v lese na stromoch. Dnes však vieme, že najčastejšie sa vyskytujú na trávnatých plochách, ale aj na okrajoch lesov, v parkoch, v záhradách, najmä vo vyšších trávnatých porastoch a pod. striehnu na nás na koncových častiach vysokých tráv, listov, či spodných konárikoch stromov, aj kríkov. Mapa výskytu kliešťov na Slovensku sa neustále rozrastá a v súčasnosti sa vyskytujú aj na miestach, kde sa v minulosti vyskytovali zriedkavo, či dokonca vôbec. V minulosti bola najviac riziková oblasť Trenčianskeho kraja a Považie, za posledné roky najvyšší počet prípadov kliešťovej encefalitídy hlási Banskobystrický a Žilinský kraj. Pravdepodobne to súvisí so zmenou klimatických podmienok, pre ktoré sa kliešte presúvajú na sever a tiež aj do vyšších nadmorských výšok nad 1000 m.n.m.

Kliešť je nepríjemný parazit, ktorý môže prenášať aj nebezpečné ochorenia, najmä lymskú boreliózu a kliešťovú encefalitídu. Tieto ochorenia prenášajú infikované kliešte najmä zaklieštením, ale tiež aj konzumáciou nepasterizovaného mlieka a jeho výrobkov od nakazených zvierat, najmä kozieho a ovčieho pôvodu. Kliešť sa najčastejšie prisaje do vlasatej časti hlavy, do slabín a podpazušia, za uši, do podkolennej jamky a tiež na intímne miesta.

Liek na kliešťovú encefalitídu zatiaľ nepoznáme, preto najvýznamnejším faktorom v jej predchádzaní je prevencia. Medzi základné druhy prevencie, ako sa vyhnúť kontaktu s kliešťom je obmedziť pohyb v oblastiach s vyšším výskytom kliešťov, oblasti, kde sa nachádza vysoká tráva, avšak pokiaľ to nie je možné, existuje viacero zásad, ktoré treba dodržiavať pri pobyte v prírode a po návrate z nej:

- vyhýbajte sa miestam s vyšším predpokladom výskytu kliešťov - okraje lesov, vysoké porasty tráv, krovie,
- v prírode noste vhodné oblečenie pokrývajúce čo najväčšie časti tela, hlavne dlhé nohavice, ponožky, vhodnejší je svetlý odev, na ktorom parazita skôr zbadáte,
- používajte repelenty,
- po návrate domov si dôkladne prekontrolujte celé telo.

Dobrou a účinnou prevenciou pred kliešťovou encefalitídou je aj očkovanie. „Očkovanie proti kliešťovej encefalitíde je preto možné realizovať celoročne, aj keď ideálne je začať očkovanie počas zimných mesiacov pred sezónnou aktivitou kliešťov. Pre tých, ktorí nie sú očkovaní a obľubujú mliečne výrobky najmä ovčieho a kozieho pôvodu, odporúčame preváranie surového mlieka pred konzumáciou. Syr vyrobený zo surového mlieka je potrebné aspoň opieť z oboch strán. Vírus kliešťovej encefalitídy sa ničí pri teplote 70 °C,“ informovala doktorka J. Kerlik z RÚVZ BB. Základné očkovanie pozostáva z troch očkovacích dávok, pričom sa protilátky tvoria desať až štrnásť dní po podaní druhej dávky. Podrobnosti a aj možnosti zaočkovania môže poskytnúť pediater alebo praktický lekár pre dospelých. Na Slovensku je zaočkovanosť proti kliešťovej encefalitíde veľmi nízka, pričom riziko nákazy sa v posledných rokoch zvyšuje.

Pokiaľ sa stane, že predsa len dôjde k zakliešteniu kliešťa, je potrebné ho čo najskôr vybrať, pretože čím dlhšie bude prisatý, tým viac sa zvyšuje riziko nákazy. Kliešťa treba však vybrať opatrenne, aby nedošlo k jeho poškodeniu, pretrhnutiu, či pomliaždeniu.

Ako správne vybrať kliešťa?

- Prisatého kliešťa odstraňujte pinzetou, ktorú pritlačte čo najbližšie ku koži. Vyťahujte ho pomaly, kývavým pohybom bez točenia. Kliešťa nevykrúcajte prudko do strán, mohli by ste ho pretrhnúť. Najdôležitejšie je nepoškodiť a nerozmiaždiť ho.
- Nekvapkajte na neho olej, vtedy sa začne dusiť a vyvráti natrávenú krv späť do rany. Treba vybrať celé telo kliešťa aj s hlavičkou.
- Po vybratí miesto prisatia hneď vydezinfikujte. Ak nie je po ruke dezinfekčný prostriedok z lekárne (lieh, jódová tinktúra), použite prípravok s obsahom alkoholu.
- Ak sa nepodarí odstrániť kliešťa celého, je vhodné vyhľadať zdravotnícku pomoc.
Pobyt v prírode prospieva nie len telu, ale aj duchu. Preto by sme sa nemali nechať zastrašiť, avšak netreba zabúdať, že po návrate treba byť ostražitý a nezabúdať na prevenciu.

Zdroj:

ÚVZ SR

Pripravilo:

Oddelenie podpory zdravia a výchovy k zdraviu
Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Čadci