

Erkės

Erkės – voragyvių grupei priklausantys nariuotakojai. Savo aukos erkė tyko ilipusios į žolę apie 10–20 cm aukščiau žemės paviršiaus. Pajutusi kūno šilumą ji patenka ant žmogaus ar gyvūno ir įsisiurbia. Žmogus dažniausiai iškart nepajunta erkės įsisiurbimo, nes jis yra neskausmingas.

Peržiemojusios erkės savo aktyvų sezoną pradeda kovo mėnesį ir jis tęsiasi iki pirmųjų šalnų – lapkričio mėnesio. Aktyviausios erkės būna gegužės pabaigoje – birželio pradžioje ir rugpjūčio gale iki rugsėjo vidurio.

Kuo erkės pavojingos?

Erkės platina infekcines ligas. Žarnose arba seilių liaukose erkės gali turėti bakterijų arba virusų, kuriuos, siurbdamos kraują, perneša užkratą į aukos organizmą. Dažniausiai erkių platinamos ligos - erkinis encefalitas, Laimo liga. Žmonės erkių platinamomis ligomis suserga tada, kai įkanda infekuota erkė. Erkinio encefalitu galima užsikrėsti ir maistui vartojant nepasterizuotą ožkų ir karvių pieną.

Kaip išvengti erkių įsisiurbimo?

Tinkama apranga Drabužiai turi būti šviesios spalvos, nes ant jų lengviau pastebėsite ropojančią erkę. Viršutiniai drabužiai turi būti ilgomis rankovėmis, o jų rankogaliai gerai priglusti prie riešo. Kelnų klešnės turėtų būti gerai prigludusios prie kūno, t.y. sukištos į kojines arba batų aulus. Galvą apsirišti skarele arba užsidėti garai priglundančią kepurę, gobtuvą.

Kaip apsisaugoti nuo erkių platinamų ligų

Naudokite erkės atbaidančias priemones - repelentus. Efektyviausia repelentų veikioji medžiaga – DEET (dietiltoluamidas). Laikykitės purškalo ar tepalo gamintojų rekomendacijų. Vaikams tinka naudoti tik jiems skirtus. Purškite atviras kūno vietas ir dėvimus rūbus. Apsaugos efektyvumas priklauso nuo priemonės sudėties bei erkės jautrumo priemonės sudedamosioms dalims. Nepamirškite, kad visų atbaidančių priemonių poveikis yra trumpalaikis, todėl reiktų įdėmiai perskaityti ir naudoti priemonę, kaip nustato gamintojas.



**VILNIAUS MIESTO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO**

Visuomenės sveikatos specialistė

Violeta Simonavičiūtė



Dažniausios erkių įkandimo vietos

Patekusios ant žmogaus kūno jos ieško tinkamos vietos įsisiurbti, dažniausiai – minkštesnės odos vietos, kurioje būtų daug kraujagyslių. Dažniausiai tai – natūralios kūno raukšlės: pakinkliai, kirkšnys, alkūnių vidinės pusės, pažastys, zona už ausų.

Kuo greičiau ištraukti įsisiurbusią erkę

Pastebėjus įsisiurbusią erkę, reikia kuo skubiau ją ištraukti. Kuo ilgiaus užsikrėtusi erkė įsisiurbusi, tuo didesnė tikimybė perduoti užkratą.

Apsižiūrėkite visą kūną Grįžus namo apsižiūrėkite visą kūną, ypač paausius, pakinklius, kirkšnis, pažastis ir sprandą, gerai išsišukuokite plaukus, nusiprauskite po dušu ir persirenkite.

Vilkėtus rūbus pakabinkite negyvenamoje patalpoje ar saulėtoje vietoje. Sausame ore erkės išgyvena labai trumpai.

Aplinka Venkite drėgnų, stipriai apaugusių žole vietų, krūmynų, jaunuolynų, teritorijų, kur mažai saulės šviesos. Rūpintis apsauga nuo erkių katėms ir šunims.

Nenaudokite termiškai neapdoroto pieno ar jo produktu. Virinant pieną erkinio encefalito virusas žūsta per 2 minutes, veikiant 70 laipsnių temperatūrai – per 5 minutes.

Skiepai – geriausia apsauga nuo erkinio encefalito

Norint įgauti imunitetą erkiniam encefalitui reikalingi trys skiepai: pirmas skiepas - imunizavimo pradžia; antras skiepas atliekamas po 1-3 mėn.; po vienerių metų daromas dar vienas skiepas (revakcinacija). Norint turėti nuolatinį imunitetą, reikalingos revakcinacijos kas 3 metus po vieną skiepą.

Kaip tinkamai pašalinti įsisiurbusią erkę

Svarbiausia ištraukti erkę taip, kad nesuspaustumė jos kūno, nesutraiškytumė ir neapsikrėstumė, jei ji turi ligos sukėlėjų. Tai geriausia daryti mažu specialiu pincetu, suimant erkę už galvos (ne už kūnelio!). Traukiama lėtai, sukant prieš laikrodžio rodyklę.

Ištraukus erkę, žaizdelė dezinfekuojama. Jei erkės kūnas nutrūksta ir galva pasilieka odoje, kad ją pašalinti, reikia kreiptis į gydytoją. Netepti įsisiurbusios erkės aliejais ar ktiais tirpalais. Sudirginta erkė dar aktyviau išskiria seiles, kuriose gali būti ligų sukėlėjų.

Šaltinis: <http://www.ulac.lt>

