

Отправляясь на прогулку, пикник в парк, лес или собираясь на дачный участок, следует:

- обязательно возьмите с собой головной убор - кепку, панамку, косынку,
- наденьте одежду светлых тонов (на ней лучше видно клеща) с длинными и полностью закрытыми рукавами и штанинами с затяжками,
- если на штанинах нет затяжек, заправьте их в носки, в сапоги,
- обуйте закрытую обувь, например, сапоги, ботинки, а не босоножки или сандалии,
- нанесите на тело и одежду специальные химические средства для защиты от клещей.

Поставьте прививку!

Если вы часто бываете в лесу, на даче, если планируете отправить летом ребенка отдохнуть в детский оздоровительный лагерь.

Вакцина действует минимум 3 года.

Защищаемся от клещей

Надевайте светлую одежду, на ней хорошо видно клещей, желательно гладкую, за нее им сложнее цепляться

Одежда должна быть с длинными рукавами и плотно прилегающими к запястью манжетами

Всегда заправляйте одежду в штаны

Клещи подстерегают жертву сидя на траве, особенно их много вдоль тропинок. Остерегайтесь высокой травы и кустарника, держитесь середины тропы

Обязательно надевайте головной убор

Обрабатывайте одежду acaricidными или репеллентными препаратами

Надевайте штаны, заправляйте их в носки или высокую и закрытую обувь



Во время прогулки, пикника:

- не садитесь и не ложитесь на траву,
- регулярно и часто осматривайте себя и спутников.

После завершения прогулки, пикника или дачных работ:

- внимательно осмотрите себя и спутников, особо внимательно надо проверять участки тела, покрытые волосами, подмышечные, паховые области,
- примите душ, чтобы смыть репеллент, и не присосавшихся клещей,
- осмотрите домашних животных после прогулок,
- вытряхните или выстирайте одежду и обувь: клещи могут попасть домой с лесным мусором,
- осмотрите привезенные букеты, собранный природный материал.