

## **INFORMACJE DLA PACJENTA DOT. BORELIOZY Z LYME**

### **I. Charakterystyka i profilaktyka**

**Borelioza z Lyme** jest chorobą dotyczącą wielu narządów wywoływaną przez krętki z rodzaju *Borrelia*. Nosicielami krętków są zakażone kleszcze z rodzaju *Ixodes*. Ryzyko zakażenia boreliozą zależy od częstości występowania patogenów w rezerwuarze zwierzęcym a także w kleszczach.

Największą liczebność kleszczy stwierdza się na terenach leśnych, otwartych łąkach, nad brzegami rzek i jezior, na działkach i miejskich parkach. Są one aktywne przez cały rok nawet zimą. Szczyty inwazji to: marzec-czerwiec oraz sierpień-październik. Do ekspozycji na kleszcze dochodzi przeważnie w okresie wiosenno-letnim, natomiast wzrost zachorowań obserwuje się w okresie jesienno-zimowym.

### **II. Zapobieganie występowaniu Boreliozy poprzez:**

- omijanie miejsc, w których występuje wysoka aktywność kleszczy. Dotyczy to szczególnie obszarów lasów liściastych i mieszanych, w których mogły przemieszczać się zwierzęta będące rezerwuarem kleszczy, głównie trawy i zarośla położonych na skraju lasu, ścieżek, dróg leśnych, rowów;
- unikanie zachowań, które mogą ułatwiać kontakt z kleszczami, tj. nie siadać pod krzakami czy bezpośrednio na trawie, nie wnosić do pomieszczeń świeżo skoszonej trawy oraz nie przedzierać się przez wysokie trawy i zarośla;
- stosowanie odpowiedniej odzieży ochronnej podczas pobytu w rejonach leśnych i w polu, np. używanie odzieży lekkiej i przewiewnej najlepiej o formie kombinezonu, w jasnym kolorze w celu szybszego zauważenia i usunięcia pajęczaka;
- dokładne osłanianie kończyn górnych i dolnych np. wpuszczenie nogawek spodni w skarpety i używanie pełnego obuwia;
- używanie nakrycia głowy;
- spryskiwanie odzieży i nieosłoniętych części ciała środkami odstraszającymi kleszcze zabezpieczenie (stosowanie specjalnych sprayów, olejków czy opasek odstraszających);
- po powrocie z terenów leśnych dokładne obejrzenie całego ciała (najlepiej przy pomocy szkła powiększającego) w celu ewentualnego znalezienia i usunięcia kleszczy; a następnie umycie się (najlepiej pod natryskiem);
- dokładne obejrzenie ubrania. Ubranie najlepiej wyprać i wysuszyć w wysokiej temperaturze. Wykazano, że kleszcze pozostające w garderobie mogą stanowić potencjalne zagrożenie; w zależności od wilgotności mogą przeżyć od kilku dni do kilku miesięcy w warunkach domowych.

Osoba która zauważyła kleszcza wklutego w skórę powinna usunąć go jak najszybciej. Uzależnienie wykonania czynności higienicznej, jaką jest usunięcie kleszcza ze skóry, od uzyskania pomocy lekarskiej jest błędem, który może skutkować niepotrzebnie zwiększonym ryzykiem zachorowania na choroby wywołane drobnoustrojami przenoszonymi przez te pajęczaki.

### **III. Usuwanie kleszczy z ciała**

Należy dokonać tak szybko jak to tylko możliwe

- usuwanie kleszczy ułatwi zakup bezpiecznych akcesoriów medycznych do usuwania kleszczy
- kleszcza należy uchwycić pęsetą, szczypcami, kleszczołapkami, najbliżej miejsca w którym wbił się w skórę. Należy jednak uważać, by żadna część kleszcza nie została w ciele, następnie
- delikatnie, ale zdecydowanie ciągnąć kleszcza w kierunku przeciwnym do tego w którym został wprowadzony w skórę jego narząd gębowy aż do jego całkowitego usunięcia
- należy czynności wykonywać powoli i dokładnie

### **Pamiętaj !!!**

- nie wyciągaj kleszcza palcami!
- nie wykręcaj kleszcza!
- nie rozgniataj!
- nie smaruj kleszcza tłuszczem!
- nie podpalaj!
- po usunięciu kleszcza umyj ręce i zdezynfekuj skórę!
- wszystkie czynności związane z usuwaniem wykonuj powoli, ale zdecydowanie
- obserwuj miejsce po ukąszeniu kleszcza.

W razie niepokoju np.; pojawiające się znaczne zaczerwienienie i/lub obrzęk w miejscu wkłucia i/lub wokół niego tzw. „rumień wędrujący”, czy wystąpiły nagłe i inne poważne objawy: np. wysoka gorączka, nudności, wymioty, bóle głowy lub inne objawy neurologiczne – wymagają porady lekarza.