

КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ ОТ КЛЕЩЕВОГО ВИРУСНОГО ЭНЦЕФАЛИТА

Заболевание КЭ можно предупредить с помощью средств неспецифической и специфической профилактики.

Неспецифическая профилактика

Учитывая возможную опасность необходимо соблюдать меры предосторожности, правильно одеваться и использовать дополнительные средства защиты (репелленты, акарициды и др.).

Общие меры предосторожности

При нахождении в очаге одежда не должна допускать заползания клещей и, по возможности, не затруднять быстрый осмотр для их обнаружения:

- воротник рубашки должен плотно прилегать к телу, предпочтительна куртка с капюшоном;
- рубашка должна быть заправлена в брюки и иметь длинные рукава, манжеты рукавов плотно прилегать к телу;
- брюки заправляют в сапоги или ботинки, носки должны иметь плотную резинку;
- голову и шею закрывают косынкой или кепкой,
- одежда должна быть светлой, однотонной,
- для походов в лес наиболее подходящей одеждой являются различного рода комбинезоны.

Необходимо как можно чаще проводить само- и взаимоосмотры для обнаружения прицепившихся клещей. После посещения леса обязательно снять одежду, вытряхнуть ее, осмотреть тело.

Не рекомендуется заносить в помещение свежесорванные растения, верхнюю одежду и другие предметы, на которых могут оказаться клещи. Собаки или другие животные должны быть также осмотрены.

По возможности не следует садиться или ложиться на траву. Стоянки и ночевки в лесу необходимо устраивать на участках, лишенных травяной растительности или в сухих сосновых лесах на песчаных почвах.

Репелленты

Для защиты от клещей используют отпугивающие средства – репелленты, которыми обрабатывают открытые участки тела.

Выбор репеллента определяется главным образом его составом и удобством использования.

В соответствии с международными рекомендациями предпочтение должно отдаваться репеллентам, содержащим диэтилтолуамид (ДЭТА) в концентрации 30-50%. Нет необходимости в использовании репеллентов с содержанием ДЭТА более 50%. Препараты, содержащие 20% ДЭТА эффективны в течение 3 часов, 30% и более – до 6 часов. Репелленты, содержащие ДЭТА, могут использоваться беременными и кормящими женщинами, а также у детей старше 2 месяцев. Перед применением препарата необходимо внимательно ознакомиться с инструкцией.

При использовании репеллентов следует соблюдать ряд правил:

- репеллент наносится только на открытые участки кожи;
- необходимо наносить достаточное количество препарата (большое количество нанесенного репеллента не усиливает защитные свойства);
- не следует наносить репеллент на порезы, раны или раздраженную кожу;
- после возвращения следует смыть препарат с кожи водой с мылом;
- при использовании аэрозоля не следует его распылять в закрытом помещении и вдыхать его;
- не следует распылять аэрозоль на лицо: необходимо распылить его на руки, а затем осторожно растереть его на лице, обходя глаза и рот;
- при использовании репеллента у детей взрослый должен нанести препарат сначала на свои руки, а затем растереть его на ребенке; следует обходить глаза и рот ребенка, а также уменьшить количество наносимого препарата вокруг ушей;
- не следует наносить репеллент на руки ребенка (дети имеют тенденцию засовывать их в рот);
- не следует доверять ребенку младше 10 лет самостоятельно наносить репеллент, взрослые должны это сделать за него;
- репелленты должны храниться в недоступных для детей местах.

Акарициды

Акарициды – вещества, оказывающие паралитическое действие на клещей. Такие препараты наносят только на одежду. В настоящее время используют средства, содержащие альфаметрин и перметрин.

В природных очагах и вне их предела проводится дезинсекция (инсектицидными препаратами) мест выпаса сельскохозяйственных животных, участков вокруг баз отдыха; собранные клещи уничтожаются заливкой керосином или сжиганием.

Специфическая профилактика

Все лица, выезжающие на работу или отдых в неблагополучные территории по КВЭ, должны быть обязательно привиты.

Прививки лучше делать заранее – до начала сезона активности клещей.

Стандартная схема вакцинации предусматривает проведение 2-х прививок перед посещением неблагополучной территории. Курс вакцинации можно проводить в течение всего года, в том числе и в летний период (эпидсезон), но не позднее, чем за 2 недели до выезда в очаг. Предусмотрены также ускоренные схемы вакцинации. После первичного курса вакцинации прививку повторяют, в среднем, через 12 месяцев; последующие ревакцинации проводятся каждые 3 года.

Противопоказаниями к вакцинации являются сильные аллергические реакции на компоненты вакцины, прежде всего белок куриного яйца, а также острые лихорадочные состояния.

В случае, если до выезда в очаг не остается времени провести первичный курс вакцинации используется **«Иммуноглобулин человека против клещевого энцефалита»** (ФГУП «НПО «Микроген» МЗ РФ, Россия), который вводится непосредственно перед выездом в неблагополучный регион. После введения иммуноглобулина защитные антитела сохраняются в течение одного месяца.