**ATSARGIAI, ERKĖS!**

 Atšilus orams, atsirado pirmieji nukentėjusieji nuo erkių įkandimų. Erkių populiacijos pagausėjimas ir jų aktyvumas pasireiškia gegužės – birželio mėnesiais, o kitas aktyvumas pasireiškia rugpjūčio - rugsėjo mėnesiais. Erkės koncentruojasi prie takų, aukštoje žolėje ir krūmuose. 2010 m. atlikti tyrimai parodė, kad daugiausiai erkių randama Vingio parke, Bukčių miške, Karoliniškių miške, Žaliųjų ežerų rajone, Visorių – Bajorų miško parke, Pavilnių regioniniame parke ir Nemenčinės miškuose. Tyrimais nustatyta, kad 10-48% visų tirtų erkių yra Laimo ligos ir encefalito viruso nešiotojos. Dėl negydomos ligos arba neteisingai nustatytos ligos diagnozės ligoniui gresia invalidumas arba net mirtis. Erkių įkandimas neskausmingas. Žmones ir gyvulius puola tik erkių patelės. Prisisiurbusią erkę galima pastebėti visiškai atsitiktinai arba kai erkė, prisisiurbusi kraujo, žymiai padidėja. Įkandimo vietoje paprastai atsiranda raudona dėmelė, kuri nepraeina gana ilgą laiko tarpą. Erkė, atsiradusi ant žmogaus kūno, turi stipriai prisisiurbti prie žmogaus odos. Ligos virusas yra erkės seilėse. Kuo greičiau bus atrasta erkė ir kuo greičiau ji bus pašalinta, tuo mažesnis viruso kiekis pateks į žmogaus organizmą.

**Rekomenduojamos profilaktinės priemonės prieš erkes:**

1. Eidami į mišką naudokite specialius apsauginius kostiumus (pagamintus iš polietileno plėvelės), kurie apsaugo nuo erkių įkandimų. Jeigu tokio kostiumo neturite, tai eidami į mišką stenkitės rengtis šviesiais vienos spalvos drabužiais, kad ant jų būtų galima lengvai pastebėti erkę.  
2. Erkės ant žmogaus patenka daugiausiai kelių ir dubens lygyje ir šliaužia į viršų. Todėl kelnes reikia sukišti į aulinius arba guminius batus, o viršutinius drabužius į kelnes. Dėvėkite tokius drabužius, kurių rankovių apačia tampriai prigula prie rankų. Galvą apsaugokite kapišonu, o jeigu jo nėra, tai užsidėkite kepurę ir po ja sukiškite plaukus.  
3. Apsipurkškite drabužius specialiais nuo erkių apsaugančiais preparatais. Prieš naudodami šiuos preparatus, įdėmiai perskaitykite preparato naudojimo instrukciją.  
4. Būdami miške, maždaug kas 15-20 min. apžiūrėkite save ir vienas kitą ir įsitikinkite ar ant jūsų drabužių nėra erkių. Grįžę iš miško apžiūrėkite rūbus ir kūną dar kartą.  
5. Poilsio valandėles ir nakvynės vietą parinkite smėlėtuose, sausuose pušynuose ir miško proskynose, kur būtų kuo mažiau žolės ir krūmų. Prieš nakvynę patikrinkite drabužius, kūną, plaukus.  
6. Jeigu namuose turite šunį arba katiną, kurie bėgioja po mišką, tai rekomenduojama juos išpurkšti specialiais nuo erkių apsaugančiais preparatais. Prieš naudodami šiuo preparatus, įdėmiai perskaitykite preparato naudojimo instrukciją.

**Ką daryti, jei įkando erkė?**

Jei jums įkando erkė, nebandykite jos ištraukti pirštais arba nagais. Dažniausiai erkė nutrūksta ir jos galva lieka odoje. Lengviausia erkę ištraukti lenkto arba paprasto pinceto pagalba. Prisisiurbusią erkę pincetu reikia paimti kuo daugiau jos kūno ir tada pamažu traukti tuo pačiu sukant į jums patogią pusę. Paprastai po 1-3 apsukimų visa erkė yra išimama.  
Jeigu neturite pinceto, galima panaudoti siūlą. Užriškite kilpą ir užnerkite kuo daugiau ant erkės. Staigiai netraukite. Siūbuojant į kairę ir į dešinę pamažu traukime aukštyn.  
Jeigu erkės galva liko odoje, tai tokiu atveju erkės galvą reikia pašalinti panaudojant adatą lygiai taip pat kaip ištraukiant rakštį. Po erkės galvos pašalinimo susidariusią žaizdelę reikia dezinfekuoti etilo spiritu arba spiritiniu jodo tirpalu.  
Jeigu erkės įkandimo vietoje oda parausta, pablogėja savijauta, būtina nedelsiant kreiptis į gydytoją.

**Kaip apsisaugoti nuo erkių įkandimų sukeliamų ligų?**

Patikimas būdas apsisaugoti nuo erkinio encefalito ir Laimo ligos yra vakcinacija, kuri atliekama du kartus darant 1 mėnesio pertrauką.

Informaciją parengė Vilniaus apskrities  
priešgaisrinės gelbėjimo valdybos  
Civilinės saugos skyrius