РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ.  
«Берегите себя и наших детей от клещей»

С апреля по октябрь по всей стране активизируются клещи – крайне опасные существа, переносчики множества серьезных заболеваний.  
  
Как защититься от клеща?  
  
Клеща можно подцепить везде, где есть трава, особенно если она высокая. Чтобы встретиться с этим кровососом, не обязательно забираться в густую чащу леса – клещ можно напасть как во время пикника, так и в городском парке.  
  
Во-первых, не рекомендуется без особой надобности залезать в непроходимые чащи низкорослого кустарника (малина, ольха, орешник).  
  
Во-вторых, когда идете по лесной дороге, не срывайте ветки – так вы можете стряхнуть клещей на себя. За детьми нужно следить особенно пристально – их нежная и тонкая кожа очень привлекательна для клещей.  
  
Одежда.  
До выхода из дома нужно заранее продумать свой наряд. Это должна быть закрытая одежда - надевайте закрытую обувь, носки и штаны, стягивающиеся резинкой или завязками снизу. Куртку или рубашку - с длинным рукавом. Лучше, чтобы одежда была из гладкой ткани, чтобы клещам труднее было зацепиться. Также не забудьте про головной убор. Клещ может забраться на человека не только с травы, но и упасть с дерева.  
  
Химическая защита.  
Заранее обработайте одежду и открытые участки тела специальным спреем против клещей.  
  
Осмотр.  
Во время пребывания на природе постоянно осматривайте себя, соседа, детей и домашних животных. Осмотр необходимо проводить каждые несколько часов, особое внимание уделяя открытым участкам тела, волосам и местам, где пролегают крупные сосуды – это подмышечные впадины, шея, сгибы локтей, колени, паховые складки. Также пристальный осмотр тела нужно провести по приходу домой, волосы обязательно расчешите мелкой расчёской.  
  
Во время отдыха лучше не собирать цветы, ветки и прочее и не приносить их домой – даже в самом красивом букете могут притаиться клещи.  
  
Вернувшись с прогулки, аккуратно снимите с себя всю одежду. Ее желательно сразу постирать, но если такой возможности нет, то можно положить в плотный пакет.  
  
Прививка.  
Если вы в весеннее-летний сезон планируете много времени проводить на природе, за городом или на даче, то имеет смысл задумать о вакцинации против клещевого энцефалита. Лучше сделать прививки еще осенью.  
  
Предлагаем вашему вниманию полезную памятку по защите от клещей. Чтобы распечатать ее в лучшем качестве, не забывайте открывать оригинал изображения.  
  
Берегите себя!

