



PREVENIREA BORRELIOZEI/ BOALA LYME

Boala care se transmite prin muscatura de capusa.

Prevenția implică următorii factori:

- **expunerea la căpușe** – perioada cu risc crescut de expunere= mai- octombrie

Surse principale de pericol: • grădina de lângă casă • iarbă, tufe joase și vegetație asemănătoare • timp petrecut în natură • animale domestice, de exemplu cai, câini, pisici • animale sălbatice.

Pentru a îndepărta capusele din curtea dumneavoastră, solicitați servicii specializate și autorizate în acest sens. Tundeti iarba din curte și grădina frecvent, evitați depozitarea de mobilă veche, gunoi și obiecte din lemn aproape de casa, deoarece aici se ascund și supraviețuiesc capusele.

Depozitați lemnele de foc în locuri unde se pastrează uscate.

Construiți garduri înalte de cel puțin 1,5 metri pentru a evita patrunderea unor animale străine care pot aduce capuse.

Animalele de companie trebuie verificate permanent de capuse. Dacă le găsiți capuse, consultați medicul veterinar și nu aplicați insecticide din proprie inițiativă, dacă nu aveți experiență.

- **haine de protecție** - ar trebui să împiedice pătrunderea căpușelor mai ales la brațe și picioare, prin închidere etanșă corespunzătoare.

Sunt de preferat haine deschise la culoare, pentru a putea observa prezența capuselor, cămăși, tricouri, pulovere cu maneca lungă, șosete, pantaloni lungi, strânsi peste încălțăminte, încălțăminte fără perforații.

- **repelenți** (spray-uri, emulsii care îndepărtează insectele de corp) – aplicare directă pe piele sau haine înainte de expunere. Efectul lor nu este însă complet și este limitat la câteva ore.

- **examinarea pielii după expunere**

După ieșirea în natură se recomandă duș sau baie generală și verificarea întregii suprafețe a corpului, pentru depistarea capuselor. Se recomandă verificarea hainelor, bagajelor, animalelor de companie.

- **îndepărtarea căpușelor care au început să se hrănească cu sânge.**

Formele precursoare ale căpușelor adulte, larvele și nimfele, au mărimea de ca. 1 mm, deci pot trece ușor neobservate. O căpușă care a început să se hrănească, trebuie îndepărtată cât se poate de repede, deoarece riscul de infecție crește odată cu durata perioadei cât căpușa se hrănește.

Pentru îndepărtarea căpușei sunt potrivite pensete fine. După prinderea cu penseta se extrage căpușa încet și constant din piele.

Nu rasuciți și nu rupeți capusa, deoarece capul și cleștiile ei vor rămâne fixate în piele.

Nu striviți capusa, pentru a evita improprierea cu conținutul acesteia în ochi, pe alte mucoase și pe piele, ceea ce crește riscul de infecție.

Nu o atingeți cu mâna goală.

Ulterior, locul înțepăturii trebuie să fie dezinfectat.

Țineți sub observație locul înțepăturii timp de 4-6 săptămâni. Dacă apare o roșeață (eritem) consultați imediat medicul.

Evitați aplicarea de benzină, acetona, ulei, arderea capusei fixate în piele.

Indiferent dacă ați scos sau nu capusa, contactați medicul de familie sau medicul specialist în boli infecțioase.