

Kaip apsisaugoti nuo erkių platinamų ligų

Planuodami šių metų atostogas apgalvokite ir prisiminti gamtoje tykančių pavojų. Vienas iš jų – infekuota erkė.

Erkės gali nubusti jau kovo mėnesį, o jų platinamų ligų protrūkis stebimas vasarą. Aktyviausios jų maisto paieškos dažniausiai būna gegužės pabaigoje ir birželio pradžioje bei rugpjūčio pabaigoje ir rugsėjo viduryje.

Erkių platinamų ligų plitimo keliai yra du: per kraują (įkandimo metu) ir geriant infekuoto gyvulio nevirintą pieną. Pavojingi virusai dauginasi ir išlieka erkių seilėse. Ant priekinių kojų erkės turi jutiklius, padedančius net iki 10 m atstumu aptikti šiltakraujį organizmą. Vidutiniškai kas dešimtas erkės įkandimas yra užkrečiamas. Šių voragyvių mėgstamiausios buveinės yra krūmai, tanki žolė, žemutinė medžio dalis, esanti iki 1,5 m virš žemės.

Iš erkių pernešamų ligų labiausiai žinomas erkinis encefalitas ir Laimo liga. Šios ligos yra visiškai skirtingos, skirtingi jų sukėlėjai, simptomai, gydymas. Tačiau neretai jas žmonės painioja. Encefalitą sukelia virusas, o Laimo ligą – bakterijos borelijos, todėl ji dar vadinama borelioze.

Yra trys Laimo ligos stadijos. Iš pradžių atsiranda uždegimo apimtas žiedo formos paraudimas, kuris gali trukti nuo keleto dienų iki keleto savaičių, žmogus skundžiasi sąnarių ir raumenų skausmu. Antroje stadijoje pažeidžiami nervai – prasideda jų paralyžius, išsivysto sąnarių uždegimai. Trečiojoje stadijoje pažeidžiama oda ir sutrinka centrinė nervų sistemos veikla, vystosi vadinamasis Laimo encefalitas. Borelijos pernešamos visose erkės vystymosi stadijose. Laimo ligos inkubacinis periodas gali trukti iki 30 dienų. Raudona odos dėmė atsiranda vidutiniškai po 3-5 dienų nuo įkandimo. Laimo ligos sukėlėjai (borelijos) jautrūs antibiotikams.

Erkinis encefalitas - tai erkinio encefalito viruso sukelta infekcinė liga. Žmonės dažnai nesupranta, kad serga erkinio encefalitu, nes pirmajai ligos stadijai būdingas karščiavimas ir kiti į gripą panašūs simptomai. Po to sergančiojo būklė pagerėja – atrodo, kad žmogus sveiksta, bet tada būna antroji ligos stadija, kuri gali pasireikšti kaip meningitas, meningoencefalitas, meningoencefalomielitas. Vėl pakyla kūno temperatūra, atsiranda smegenų ir jų apvalkalų sudirginimo požymiai, pasireiškiantys stipriais galvos skausmais, vėmimu, galvos svaigimu, nemiga ar mieguistumu, kartais sutrinka kalba, prarandama sąmonė. Persirgęs šia liga žmogus, įgyja imunitetą visam gyvenimui. Maždaug trečdaliui erkinio encefalitu persirgusių žmonių gresia liekamieji reiškiniai. Ligos inkubacinis periodas trunka nuo 8 iki 30 dienų. Antivirusiniai vaistai šios ligos sukėlėjo neveikia.

Nėra vienintelio šimtaprocentinio patikimo būdo padedančio apsisaugoti nuo erkių. Tačiau galima kai ką padaryti, kad jų išvengtume.

Labai svarbu jūsų apranga. Dėvėkite uždarus drabužius ilgomis rankovėmis, ilgas kelnes, kurias svarbu susikišti į puskojines. Iškylaudami gamtoje renkitės šviesesnius drabužius, nes tada lengviau erkę pastebėsite ir išvengsite jos įkandimo. Kol erkė suranda, kur jai įsisiurbti, gali praeiti tam tikras laiko tarpas, kartais trunkantis net iki valandos. Erkės pirmiausia ieško tinkamos vietos įsisiurbimui ir ilgai ropoja išilgai kūno. Jos ieško švelnios odos, todėl gali ropoti ant rankų, kojų, ypač pakinkliuose, ant kaklo ar galvos plaukuotoje dalyje.

Po iškylos gamtoje rūpestingai apžiūrėkite kūną. Patariama gerai išsišukuoti plaukus, nusiprausti po dušu, persirengti kitais rūbais. Vilkėtus rūbus reikėtų pakabinti negyvenamoje patalpoje ar saulėtoje vietoje. Jau minėta, kad erkiniu encefalitu galima užsikrėsti geriant infekuoto gyvulio pieną, todėl vartokite tik pasterizuotą arba virintą karvių, ožkų pieną ar jo produktus.

Yra būdų, kurie leis išvengti erkės įkandimo, tačiau veiksmingiausia priemonė – skiepai.

Įprastinė skiepavimo schema susideda iš trijų etapų: pagrindinė vakcinacija, I palaikomoji dozė bei kitos palaikomosios dozės. Skiepijantis pagal įprastinę skiepavimosi schemą dvi pirmosios vakcinacijos dozės turėtų būti įskiepijamos prieš „erkių sezoną“, šaltuoju metų laiku.

Pagrindinė vakcinacija: 1 dozė→2 dozė po 1-3 mėnesių →3 dozė po 5-12 mėnesių po antrosios dozės.

I palaikomoji dozė: po 3 metų po trečiosios dozės.

Kitos palaikomosios dozės: kas 3-5 metus (vyresnio nei 60 metų amžiaus žmonėms kas 3 metus).

Galima rinktis pagreintą apsaugą vėlai atvykusiems ir keliautojams. Ji taikoma prieš pat erkių aktyvumo sezoną ar jam jau prasidėjus. Ši schema įvairių gamintojų vakcinoms gali būti skirtinga.

Pagreitintos skiepavimo schemas pavyzdys:

Pagrindinė vakcinacija: 1 dozė→2 dozė po 14 dienų →3 dozė po 5-12 mėnesių po antrosios dozės.

I palaikomoji dozė: po 3 metų po trečiosios dozės.

Kitos palaikomosios dozės: kas 3-5 metus (vyresnio nei 60 metų amžiaus žmonėms kas 3 metus).

Vakcina neapsaugo nuo erkinio encefalito, jei erkė įkando dar prieš skiepijantis ar per dvi savaites po pirmosios dozės suleidimo. Skiepai garantuoja apsaugą nuo erkinio encefalito praėjus dviem savaitėms nuo antrosios dozės įskiepijimo (taikant tiek įprastą, tiek pagreintą skiepavimo schemą).

Erkinio encefalito vakcinomis galima skiepyti vyresnius nei 1 metų amžiaus vaikus. Jaunesnio amžiaus vaikai skiepijami išskirtiniais atvejais.

Atminkite, ne ta erkė, kurią radote ir pašalinote gali būti užkrėtusi Laimo liga ar erkiniu encefalitu, o ta, kurios nepamatėte! Tad saugokite save ir savo artimuosius.

Informaciją parengė Šiaulių m. visuomenės sveikatos biuro visuomenės sveikatos priežiūros specialistė Asta Ivoškienė