

KAIP APSISAUGOTI NUO ERKIŲ?

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

Atkreipkite dėmesį į aprangą. Dėvėkite uždarus drabužius ilgomis rankovėmis, taip pat ilgas kelnes, kurias svarbu susikišti į puskojines. Iškylai į gamtą pasirinkite 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 būtina rūpestingai apžiūrėti kūną. Ieškant prilipusių ir ropinėjančių erkių patariama gerai išsišukuoti plaukus, nusiprausti po dušu, persirengti kitais rūbais. Vilkėtus rūbus reikėtų pakabinti negyvenamoje patalpoje ar saulėtoje vietoje.

Iškylaudami gamtoje venkite pamiškių ir aukštos žolės, naudokite erkes atbaidančias priemones, nors tai gelbsti tik trumpam laikui.

Kadangi nėra patikimo apsaugos nuo erkių būdo, reikia imtis priemonių, padedančių išvengti erkių sukeltų ligų. Vienintelė patikima profilaktikos priemonė – skiepai nuo erkinio encefalito.