

## **UWAGA NA KLESZCZE!!!**

**Drodzy Wychowankowie,**

przypominam Wam o niebezpieczeństwie ze strony maleńkich, ale bardzo groźnych pajączaków.

Kleszcze co roku są naszą zmorą, ponieważ przenoszą bardzo poważne choroby - **boreliozę i kleszczowe zapalenie mózgu (KZM).**

Najczęstszym objawem boreliozy jest rumień, który możemy zaobserwować nawet po kilku tygodniach od ugryzienia. Każdy z niepokojących objawów należy skonsultować z lekarzem. Przed kleszczowym zapaleniem mózgu można się obronić (zaszczepić się)!

Ciepła zima, zmiany klimatyczne sprawiły, że kleszczy będzie w tym roku bardzo dużo, już obserwowana jest zwiększona ich aktywność.



### **Jak się chronić przed kleszczami?**

Najbardziej trzeba uważać w lasach, parkach i na terenach zielonych.

Wychodząc do lasu lub parku, warto ubrać się tak, by mieć zakryte nogi, ręce oraz głowę. Można także stosować preparaty, które mają za zadanie odstraszać kleszcze.

Ja polecam preparaty naturalne!

Kleszcze nie lubią niektórych zapachów, dlatego przed wyjściem warto posmarować się np.: olejkiem goździkowym, z drzewa herbacianego, tymiankowym, szalwiowym, z trawy cytrynowej, z mięty pieprzowej, ze słodkich migdałów, lawendowy i pomarańczowy.

Bardzo skutecznym środkiem odstraszającym uciążliwe insekty jest olejek eukaliptusowy. Można go stosować albo na ciało, ale rozpylić w pomieszczeniu lub ogrodzie, w którym spędzamy czas. Najlepiej działa odmiana olejku eukaliptusowego, w której wyczuć można również aromat cytrynowy.

Jednak trzeba pamiętać, że olejek eukaliptusowy może uczulać. Dlatego przed użyciem, warto wykonać test na skórze i sprawdzić, czy nie pojawi się zaczerwienienie lub swędząca wysypka.

Kolejnym naturalnym sposobem, który może uchronić nas przed ugryzieniem kleszcza jest jedzenie czosnku. Nie lubi on zapachu czosnku. Wystarczy regularnie jeść 2-3 ząbki dziennie, by miało to korzystny efekt. Czosnek może wpływać na zapach potu człowieka, przez co kleszcze nie atakują tak chętnie.

Wpływ czosnku na zachowania kleszczy analizowali naukowcy z Meksyku. Zauważyli, że olejek eteryczny, jaki zawiera ta roślina, ma składzie trisiarczek diallilu, który odstrasza pajęczaki.

Wrogiem kleszczy jest również popularny ostatnio czystek, zawiera on w swoim składzie substancję, która działa na nie drażniąco. Regularne picie naparu z czystka nie tylko wzmocni organizm, ale też zapewni ochronę przed kleszczami. Niestety nie wystarczy wypić herbatki z czystka na kilka minut przed wyjściem na dwór. Jeśli chcemy uzyskać ochronę, napar powinniśmy pić regularnie i przez kilka tygodni.

Z najnowszych badań wynika, że gdy wybieramy się do lasu czy parku, to nie powinniśmy zabierać ze sobą smartfonów. Jak to możliwe, że smartfony przyciągają kleszcze? To wszystko zasługa promieniowania elektromagnetycznego o częstotliwości 900 MHz, które działa na kleszcze niczym magnes.

Po powrocie do domu najlepiej dokładnie sprawdzić ciało, a ubranie wyprać w wysokiej temperaturze.

### **Warto pamiętać, że kleszcze atakują także zwierzęta.**

Dlatego warto regularnie sprawdzać skórę u psów i kotów. Olejki eteryczne również można stosować u psów i kotów.

Pozdrawiam

Sylwia Wieczorek