

Как одеться в лес

Главные враги в лесу — клещи и комары. Если правильно одеться в лес, то можно обезопасить себя от их укусов. Об опасности, которые несут клещи, люди слышаны давно. Это такие заболевания, как клещевой энцефалит, боррелиоз, которые вызывают поражение центральной нервной системы. Однако комары тоже могут быть переносчиками не менее опасных заболеваний. Кроме того, у многих людей есть аллергия на укусы насекомых. Так что лучше сделать все возможное, чтобы избежать укуса, чем затем пить таблетки от аллергии.

Одежда для леса - Главное правило похода в лес – тело должно быть максимально закрыто. Чем меньше открытых участков, тем лучше. В лес лучше ходить в брюках и рубашке с длинным рукавом, манжеты которой плотно прилегают к запястью. Забудьте об эстетике – обшлага штанов заправляем в носки, на ноги лучше одеть резиновые сапоги или кеды с высоким голенищем. Лучше выбрать скользкую ткань – плащевку или брезент, а от фланели и джинсы отказаться. Клещ чем-то напоминает автостопщика – он сидит на сухой растительности, подняв одну из лапок. Когда вы задеваете ногой его место обитания, клещ цепляется за ворсинки на одежде. А ползти по телу, выбирая место для укуса, он может до 12 часов. И не забывайте про головные уборы: косынка или кепка защитит голову от солнца и не даст клещу забраться в волосы. В лес – в белой одежде. Научно доказано, что комаров больше привлекают люди в темной одежде, поскольку температура тела в ней чуть выше. Собираясь в лес, мы естественно одеваемся в темное, которое считаем весьма практичной одеждой. Кроме того на светлой одежде легче заметить маленького черного клеща.

Что привлекает комаров. Комаров - приманивают запахи, именно по запаху они выбирают жертву укуса. В людях их привлекают вещества, выделяющиеся при дыхании и потоотделении. В зоне риска люди, пользующиеся парфюмерией. Собираясь в лес, не душитесь и не наносите макияж, так как даже запах декоративной косметики очень «популярен» у комаров. Нравится им и запах алкоголя. Повышенная температура тела и кровь с высоким содержанием холестерина также привлекают комаров.

Не стоит отказываться от репеллентов, которые отпугивают или убивают опасных насекомых. В лесу осматривать себя и детей нужно каждые два часа. Постарайтесь не ходить по высокой сухой траве и низким зарослям, именно там проще всего поймать клеща.

Вернувшись домой, надо снять одежду и хорошо осмотреть ее: клещ может затаиться в складках и швах. Опасное насекомое можно принести на букете цветов.

Чтобы защититься от клещей на природе, человек должен не только правильно одеться, но и подготовить одежду, используя специальные средства:

1. Репелленты — содержат вещество, отпугивающее клеща. Их наносят на одежду и открытые участки тела. Клеща отпугивает запах вещества.
2. Акарициды, в состав которых входит альфа-циперметрин, парализующий насекомое. При контакте с обработанной одеждой у клеща наступает паралич, и он отпадает. Эти средства нельзя наносить на кожу, поскольку они вредны для здоровья человека. Выпускаются в виде аэрозоля. Проводить обработку на одежде, надетой на человеке, нельзя: нужно снять одежду, обработать, дать высохнуть, и только потом надевать.
3. Инсектицидно-репеллентные препараты обладают свойствами двух вышеперечисленных средств и являются более эффективными. Наносятся только на одежду. Выпускаются в аэрозолях.

Главной специфической профилактикой клещевого вирусного энцефалита являются -профилактические прививки против клещевого энцефалита.