



# ERKĖS

## Kaip erkės atrodo?

Erkės tai 0,5 iki 15 mm dydžio išoriniai parazitai (ektoparazitai). Erkių lervos yra ypatingai mažos ir sunkiai pastebimos, ne didesnės už smeigtuko galvutę. Suaugusios erkės paprastai būna didesnės, gali siekti pieštuko skersmenį.



## Kokias ligas žmonėms gali perduoti erkės?

Erkės pačios ligų nesukelia, tačiau jei erkės yra infekuotos, jos gali per įsisiurbimą perduoti infekcijas žmogui. Tokiu būdu erkės gali užkrėsti žmones ligomis, įskaitant erkinį encefalitą, Laimo ligą ir Krymo-Kongo karštinę.

## Kur erkės gyvena?

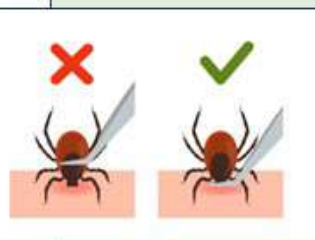
Erkės veisiasi ne tik miškuose ir pievose, bet ir miestų parkuose bei soduose. Jos negali šokinėti ar skraidyti, todėl prisitvirtina prie gyvūnų ar žmonių odos, kai ši liečiasi su žole. Todėl veikla lauke sukelia erkių įsisiurbimo riziką, pavyzdžiui: darbas sode, poilsis sodyboje, vaikščiojimas, bėgiojimas, važiavimas dviračiu, iškylavimas gamtoje, vaisių ar grybų rinkimas, nepasterizuotų maisto produktų vartojimas.

## Ar pastebėsiu, kad man įsisiurbė erkė?

Erkių seilėse yra skausmą ir niežėjimą mažinančių medžiagų, dėl kurių poveikio erkių įsisiurbimai paprastai būna neskausmingi ir gali likti nepastebėti.

## Kaip pašalinti erkę?

Norint saugiai pašalinti erkę, geriausia naudoti smulkų pincetą. Sugriebkite erkę už jos galvos kuo arčiau žmogaus odos. Stenkitės nespausti erkės kūno, kad erkės skrandžio turinys neišsilietų į įsisiurbimo vietą, kas galėtų sukelti infekciją.



Lėtai traukite į viršų. Dezinfekuokite žaizdą antiseptiku arba nuplaukite šiltu vandeniu su muilu. Kalendoriuje pasižymėkite datą, kada įsisiurbė erkė ir stebėkite, ar nepasireiškia erkių platinamų ligų simptomai. Nedidelė pašalintos erkės vadinamosios burnos dalis gali likti žaizdoje. Tai nepavojinga ir po kelių dienų pranyks kartu su žaizda.

## Kada reikėtų kreiptis į gydytoją?

Jeigu įtariate, kad jums pasireiškia erkinio encefalito ar Laimo ligos simptomai, nedelsdami kreipkitės į gydytoją, net jeigu ir nepastebėjote, kad jums buvo įsisiurbusi erkė.

Jei įsisiurbimo vieta nepradėtų gyti po kelių dienų ar jūs susirgtumėte vieno mėnesio bėgyje po erkės įsisiurbimo, nedelsdami kreipkitės į gydytoją.

## Erkinio encefalito galima išvengti, jeigu naudojamos erkių įsisiurbimo profilaktikos priemonės:

1. Skiepijimas erkinio encefalito vakcina (endeminėse teritorijose pati efektyviausia priemonė).
2. Repelentų naudojimas odai ir rūbams pagal gamintojo rekomendacijas.
3. Apsauganti apranga (ilgos rankovės, prigludusiais rankogaliais, ilgos kelnės, sukištos į kojines, apdorota repelentais).
4. Apsižiūrėjimas ar nėra įsisiurbusių erkių po veiklos gamtoje ir įsisiurbusių erkių šalinimas specialiu ar paprastu pincetu.
5. Vengti nepasterizuoto pieno produktų.

