



Как избежать укуса клеща

Как одеться в лес



Как вести себя в лесу

- Нельзя садиться и ложиться на траву (Do not sit or lie on grass)
- Стоянки стоит устраивать на участках, лишенных травы или в сухих сосновых лесах на песчаных почвах (Campsites should be set up on areas without grass or in dry coniferous forests on sandy soils)
- Каждые несколько часов осматривайте одежду, тело и волосы (Check clothes, body, and hair every few hours)

Как не принести клеща домой

- Не заносите в помещение свежесорванные растения, одежду и другие предметы, на которых могут быть клещи (Do not bring fresh-cut plants, clothing, and other items indoors where ticks may be)
- Проверяйте домашних животных на наличие клещей после прогулки (Check your pets for ticks after walks)

Что делать, если укусил клещ

- Срочно обратитесь в ближайшее лечебное учреждение или травмпункт, чтобы снизить риск заражения (Seek medical attention immediately at the nearest healthcare facility or emergency room to reduce the risk of infection)
- Клеща нужно удалить как можно быстрее. Если медицинская помощь недоступна, то сделать это можно самостоятельно, соблюдая рекомендации специалистов (Ticks should be removed as soon as possible. If medical help is not available, it can be done yourself following the recommendations of specialists)
- Удалить клеща можно при помощи нитки, пинцета, обрезанного шприца, а также воспользовавшись специальным приспособлением (Ticks can be removed using a thread, tweezers, a cut-off syringe, or a special tool)
- Категорически запрещено удалять клеща голыми руками (It is absolutely prohibited to remove ticks with bare hands)
- Нельзя сдавливать клеща или делать резкие движения (Do not squeeze the tick or make sharp movements)
- Не применяйте подсолнечное масло для удаления клеща (Do not use sunflower oil to remove ticks)
- Не сдавайте кровь сразу после укуса - анализы ничего не покажут (Do not give blood immediately after a bite - tests will show nothing)
- Удаленного клеща нужно отправить на исследование в лабораторию в течение 3 суток (The removed tick should be sent to a laboratory for testing within 3 days)