

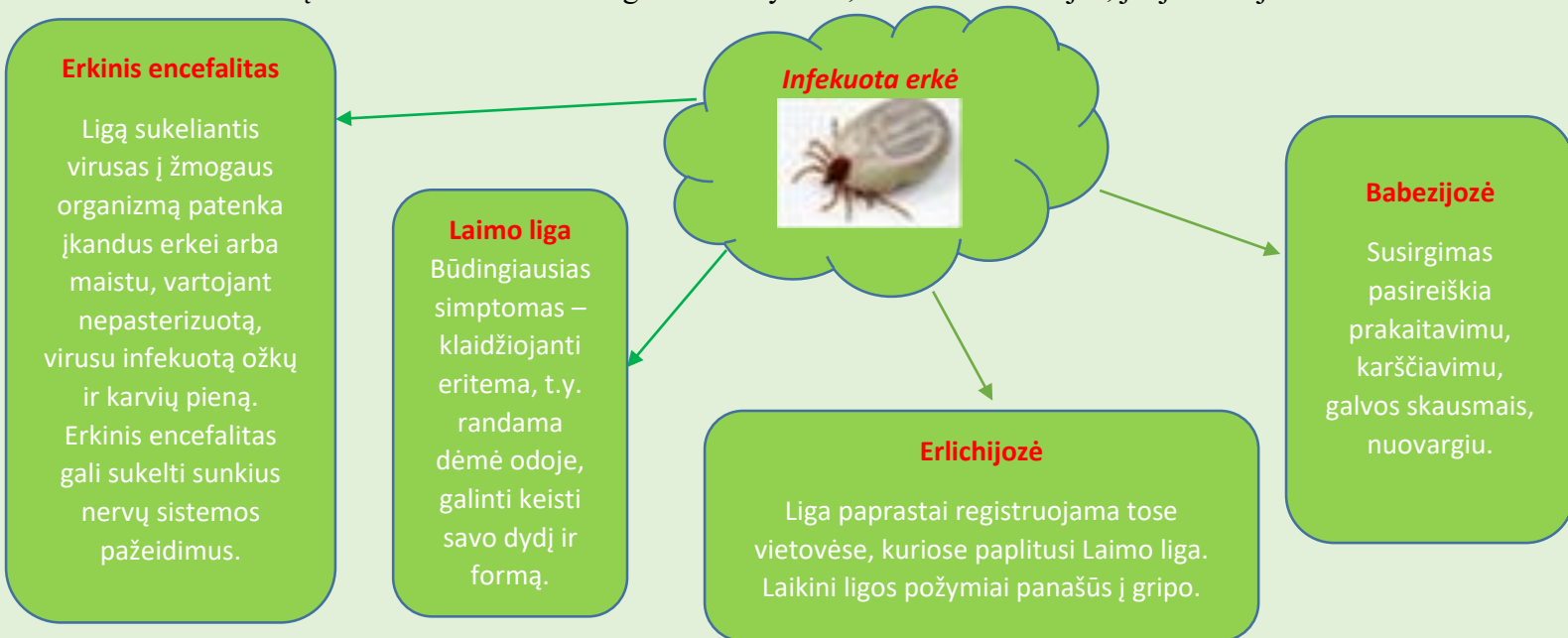
Erkė – baimę keliantis mažytis voragyvis



Lietuvoje erkių sutikti galima daugelyje vietovių. Jos mėgsta lapuočių ar mišrius miškus, miškingas vietas, miško pakraščius, laukymes, paupius, vietas, kur daug brūzgynų ir krūmokšnių. Taip pat jų galima rasti ir parkuose, skveruose, daugiabučių kiemų žaliosiose teritorijose. Ixodinės erkės (Ixodidae) – vieni seniausių pasaulyje egzistuojančių parazitų. Eurazijoje sutinkama apie 70 rūšių erkių. Šios erkės – daugelio transmisinių ligų platintojai – laikini žmonių ir gyvulių parazitai, kurių vystymasis gana sudėtingas (kiaušinis, lerva, nifma, suaugėlis). Joms būdinga vienkartinė mityba kiekvienoje vystymosi stadijoje.

Pagal Nacionalinio visuomenės sveikatos centro (NVSC) specialistus, erkės aktyvios nuo pat kalendorinio pavasario pradžios iki rudens pabaigos, o kartais net iki gruodžio vidurio. Tam turi įtakos šiltėjantis klimatas, kuomet šiltos žiemos prailgina erkių aktyvumo trukmę.

Erkės gali maitintis daugelio gyvūnų krauju. Dažnos rūšys, noriai mintančios žmogaus krauju. Vieno maitinimosi metu padidėja net 10 kartų – jos forma pasidaro panaši į kiaušinį, pilkos švino spalvos. Įsisiurbimas neskausmingas, todėl žmogus ar gyvūnas jo beveik nepajunta. Žmogus erkių platinamomis ligomis užsikrečia įsisiurbus sukėlėjais infekuotai erkei. Siurbdama aukos kraują, erkė periodiškai į žaizdelę išskiria seiles ir kitus organizmo skysčius, o kartu ir sukėlėjus, jei ji buvo jais užsikrėtusi.



Apsisaugojimo būdai nuo erkių įsisiurbimo ir užsikrėtimo jų platinamomis ligomis:



- ✓ Einant į mišką, reikėtų apsivilkti šviesiais drabužiais: viršutiniai drabužiai turėtų būti ilgomis rankovėmis, kurių rankogaliai gerai priglustų prie riešo; kelnų klešnių apačia taip pat turėtų būti gerai priglundusi prie kūno. Galvą patartina apsirišti skarele arba užsidėti gerai priglundančią kepurę, gobtuvą.
- ✓ Būnant gamtoje patartina dažnai apžiūrėti save ir bendrakeleivius. Aptiktas per drabužius ropojančias erkes – sunaikinti.



Erkė – baimę keliantis mažytis voragyvis

- ✓ Rekomenduojama naudoti repelentus (nariuotakojus atbaidančias medžiagas).
- ✓ Sugrįžus į namus būtina atidžiai apžiūrėti savo kūną, išsišukuoti plaukus, nusiprausti.

Kaip apsisaugoti nuo erkių platinamų ligų?

- ✓ Efektyviausia priemonė, galinti padėti išvengti erkinio encefalito, yra skiepai. Nusprendusiems pirmą kartą pasiskiepyti nuo erkinio encefalito pirmosios dvi dozės skiriamos 1–3 mėnesių intervalu. Trečioji dozė paprastai skiriama po 5–12 mėnesių, priklausomai nuo vakcinos gamintojo. Vėliau imunitetą būtina sustiprinti – pirmasis sustiprinamasis skiepas atliekamas po 3 metų.
- ✓ Pažymėtina, kad net ir pasiskiepijus, imunitetas laikui bėgant silpnėja, todėl būtina skiepytis imunitetą palaikančiomis dozėmis. Priklausomai nuo amžiaus, palaikančią dozę reikėtų gauti kas 3–5 metus.
- ✓ Primename, kad nuo praėjusių metų rugsėjo 50–55 metų amžiaus grupei priklausantiems asmenims skiepai nuo erkinio encefalito yra nemokami. Tai taikoma ir asmenims, kurie jau yra pasiskiepiję, tačiau reikalinga sustiprinamoji dozė – jei priklausote šiai amžiaus grupei, galite ją gauti nemokamai.
- ✓ Laimo ligos apsaugai skiepų nėra, nuo jos apsaugo tik bendrosios profilaktinės priemonės:

Jeigu erkė įsisiurbė:



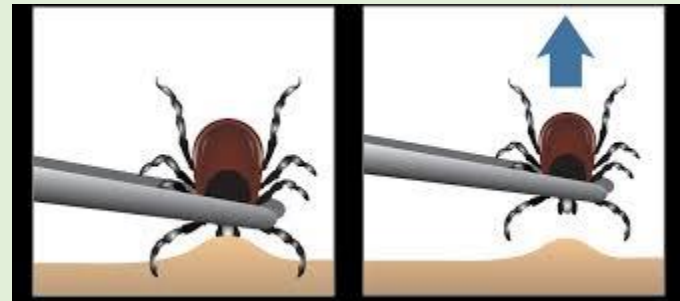
Kuo skubiau ją pašalinkite. Nesant galimybių kreiptis į medicininę įstaigą, niekuo nesutepant erkės, ją ištraukti turimomis priemonėmis (pincetas, siūlo kilpelė ir kt.). Pincetu pamėginkite sučiupti erkę kaip galima arčiau galvos. Pašalinkite ją truktelėdami atgal. Erkės straubliukas susideda iš mažų kabliukų girliandos, todėl traukiant erkę nesukiokite jos į kairę ar dešinę; Apiplaukite žaizdelę vandeniu su muilu



ar dezinfekuokite. Jeigu nepavyko pilnai pašalinti erkės ir liko galvutė, nedraskykite. Galvutę kaip svetimkūnį organizmas pašalins pats.



Pastebėjus įsisiurbusią erkę ar pajutus sveikatos sutrikimus (šaltkrėtis, aukšta temperatūra, galvos ir (ar) raumenų skausmas, silpnumas, pykinimas, vėmimas, raudona dėmė aplink erkės įkandimo vietą), būtinai kreipkitės į asmens sveikatos priežiūros įstaigą.



Saugokime save!

Informacijos šaltiniai:

1. Užkrečiamųjų ligų ir AIDS centro informaciją
2. www.erkes.lt
3. <https://gamtostyrimai.lt/wp-content/uploads/2024/05/Erkies.pdf>

Parengė: Visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči sveikatos priežiūrą mokykloje Sabina Stugienė el. paštas: sabina.stugiene@sveikatos-biuras.lt, mob. +37067250587

