



magazín pro zdravý životní styl, www.vimcojim.cz

[O zdraví](#) 8. 7. 2020 |  Mgr. Eva Kloučková

Nebojíme se klíšťat, ale nemocí. 6 tipů, jak se chránit

URL článku:

magazin/clanky/o-zdravi/Nebojime-se-klisat,-ale-nemoci.-6-tipu,-jak-se-chranit_s10012x19768.html

Nejste jediní, pokud vám přijde divné používat při procházce v parku nebo na zahradě repelent. Ale i tam můžete chytit klíště nakažené klíšťovou encefalitidou nebo lymeskou boreliózou. V České republice je přitom dlouhodobě nejvíce případů klíšťové encefalitidy z celé Evropské unie, riziko je tedy reálné.



Bohužel není pravda, že klíšťata žijí jen v lesích a na loukách. To potvrzuje i

MUDr. Jan Kynčl, Ph.D., vedoucí Oddělení epidemiologie infekčních nemocí ze Státního zdravotního ústavu:

„Zatímco v minulosti se klíšťata vyskytovala jen omezeně v pásu lesů a luk podél řek, v současnosti si musíme zvyknout na to, že jejich přirozeným prostředím jsou také zahrady, parky (včetně městských) nebo i horské oblasti.“

Nebojíme se klíšťat, ale nemocí



Klíšťata jsou obávaná kvůli přenosu klíšťové encefalitidy a lymeské borreliózy. Zatímco na klíšťovou encefalitidu neexistuje léčba, lékaři pouze mírní příznaky onemocnění, u lymeské borreliózy jsou k dispozici antibiotika. Dalším velkým rozdílem mezi těmito dvěma onemocněními je existence

očkování – zatímco u lymeské borreliózy je vakcína zatím ve stadiu výzkumu, **na klíšťovou encefalitidu se můžeme nechat očkovat.** I přes riziko trvalých následků, například formou obrny končetin, je ale očkovaný jen každý 3. z nás. Že „**ted' už je pozdě**“ přitom není pravda. Ochranu je totiž možné očekávat 14 dní po druhé dávce. A tu v měsících, kdy jsou klíšťata aktivní, mohou lékaři aplikovat již dva týdny po dávce první.

6 UŽITEČNÝCH tipů, jak se bránit

Proti klíšťové encefalitidě máme dvě zbraně – zaprvé ochranu před klíštětem, zadruhé pak před samotnou nemocí.

- 1) Kalhoty z hladkého a světlého materiálu – klíšťata jsou na světlém oblečení lépe vidět a po hladké látce se jim hůře leze.
- 2) U repelentu sledujte množství účinné látky DEET – pro sebe vybírejte repelent s vysokým obsahem, pro děti s obsahem nižším. Dávejte pozor na to, že některé repelenty (konkrétně ty s účinnou látkou permethrin) jsou určeny pouze na oblečení.

- 3) Ať žije sušička – oblečení po příchodu z venku dejte minimálně na 15 minut do sušičky.
- 4) Zrychlené očkování – účinnou obranou proti klíšťové encefalitidě je očkování. V období, kdy jsou klíšťata už aktivní, mohou lékaři použít tzv. zrychlené očkovací schéma, kdy se druhá dávka aplikuje již po 2 týdnech. Dostatečnou ochranu proti klíšťové encefalitidě je přitom možné očekávat již 14 dní po druhé dávce. Na očkování i přeočkování po 3 až 5 letech přispívají pojišťovny v rámci svých preventivních programů.
- 5) Ochrana zahrady – v zahradě ponechte přechodové zóny bez vegetace. Kromě pravidelného sečení pak myslete také na použití insekticidů. Klíšťata se totiž běžně vyskytují již i v městské zeleni.
- 6) Domovy domácích zvířat – speciální ochranu potřebují nejen zvířata, ale také jejich boudy a další přístřešky. Na ty je možné použít speciální druhy repelentů.

Copyright © 2022

Vím, co jím a piju, o.p.s., www.vimcojim.cz