

Лихорадка западного Нила

Лихорадка западного Нила – это острое вирусное заболевание переносчиками которого являются комары и клещи. Резервуаром инфекции являются птицы и грызуны. Лихорадкой чаще болеют с июня по октябрь преимущественно молодые люди. Инкубационный период с момента комариного укуса и до появления симптомов заболевания, длится от 5 до 21 дня (как правило, 6 дней). Сама болезнь длится от 3 до 6 дней. Заболевание проявляется жаром, головной болью, слабостью, болями в суставах мышцах, тошнотой, диареей. Лихорадка западного Нила в редких случаях может привести к менингиту, энцефалиту и даже иметь смертельный исход. В 201 году по данным ВОЗ лихорадкой западного Нила заразилось 400 человек, 27 из них погибло. На сегодняшний день не существует вакцины против лихорадки западного Нила, поэтому очень важно предотвратить комариные укусы.

Как защитить себя от укусов

Наиболее опасны комары в вечернее время (после захода солнца и до рассвета) так как в это время комары особенно активны. Существует множество способов защиты от комаров: длинная одежда, установка защитных сеток на окнах и использование вентиляторов. Также существуют химические препараты для тела, отпугивающие комаров, ловушки для комаров и аэрозоли.

Одежда и окружение

- **Длинная одежда:** выходя на улицу в часы активности комаров (в ночное время), следует выбрать одежду с длинными рукавами и длинные брюки, для сокращения участков кожи, открытых для укусов комара.
- **Установка сеток** на окнах и дверях может предотвратить появление комаров, не ограничивая при этом поток поступления воздуха. Чем выше плотность сетки, тем выше защита, которую она предоставляет против насекомых, но параллельно снижается уровень поступления воздуха и прозрачность. Для достижения оптимальной защиты, важно защитить окна и двери и не снимать сетки в часы активности комаров.
- **Вентиляторы** ограничивают доступ комара к источнику. Работающий вентилятор в доме или во дворе может защитить от комариных укусов. Следует отрегулировать направление и мощность ветра. Предпочтительно когда одновременно работают два вентилятора – на потолке и на полу.

Репелленты для тела, против насекомых

Самый легкий и относительно дешевый способ предотвратить укус, это использовать репелленты против насекомых. Репеллент должен предоставлять защиту в течение необходимого времени и быть безопасным с точки зрения токсикологии, препарат должен быть удобным и легким в использовании и придавать коже приятное ощущение. Чем выше концентрация активного вещества в препарате, тем выше его эффективность.

Применять репелленты следует осторожно!

- Следует подобрать препарат, период действия которого соответствует предполагаемому времени нахождения на улице, в соответствии с указаниями на этикетке.
- Следует ознакомиться полностью с информацией, приведенной на упаковке препарата и придерживаться указаний.
- Следует наносить репеллент только на открытые участки кожи
- Нельзя наносить репеллент на участки кожи, покрытые одеждой.
- Нельзя наносить репеллент против насекомых на раны, порезы или на воспаленные участки кожи.
- Нельзя наносить репеллент на глаза или рот, следует осторожно нанести его в районе ушей, если используется аэрозоль.
- Нельзя направлять аэрозоль прямо на лицо, следует нанести препарат на руки, и лишь потом протереть им лицо.
- Следует помыть руки, чтобы препарат не попал в глаза.
- Не следует вдыхать препарат, поэтому аэрозоль можно использовать только в проветриваемых помещениях.
- Дети не должны самостоятельно наносить репеллент, кто-то из взрослых должен нанести репеллент себе на руки и намазать им ребенка.
- Важно, чтобы ладошки ребенка не запачкались репеллентом
- Если возникло опасение, что препарат может вызвать аллергию следует немедленно прекратить использование препарата и обратиться к врачу.
- Если существует опасение на аллергию, следует нанести препарат на небольшой участок кожи и проследить за потенциальной реакцией в течение 24-х часов.
- Большинство препаратов разрешены к использованию детей старше двух месяцев, но есть препараты, предназначенные для детей, старше трех лет.
- Если одновременно требуется защита от солнечных лучей и от насекомых, можно использовать одновременно рекомендованные препараты. Сначала нанести препарат от солнца, а потом репеллент от насекомых.
- Браслеты, наклейки, цепочки и т.д., насыщенные препаратами против насекомых предоставляют лишь местную защиту, поэтому они не могут являться эффективной защитой от комаров.

Ткани, насыщенные репеллентами

Ткани, такие как, например, москитная сетка, одежда, занавески и абажуры, обработанные препаратами против насекомых, являются дополнительным средством защиты от укуса насекомых. В продаже можно найти москитные сетки, одежду, и экипировку для кемпинга, обработанную репеллентом от насекомых в процессе производства (или обработать их самостоятельно. Эффективность защиты и степень устойчивости вещества при стирке зависят от вида ткани и процесса пропитки.

Основные способы распыления препаратов в воздухе

Сжигание: в процессе медленного сжигания катушек, палочек, свечей или факелов, содержащих репелленты против насекомых, при высокой температуре высвобождается активное вещество. Для получения наилучшей защиты следует, как правило, установить несколько источников сжигания. Легкость использования и независимость от внешнего источника питания, являются большим преимуществом, когда вы находитесь вне дома. Использование препаратов на основе сжигания предназначено только для открытого пространства.

- **Жидкости и таблетки:** нагревание жидкости или таблетки, содержащей репеллент посредством электрического прибора для испарения, позволяет контролируемое распыление активного вещества в пространстве. Период действия препарата указан на упаковке. Такие препараты предоставляют хорошую защиту в комнатах, там концентрация активного вещества может дойти до уровня, необходимого для предотвращения появления комаров, или для их уничтожения до укуса. Важно соблюдать указания к применению, оставлять открытыми окна и соблюдать необходимую дистанцию от источника распыления.
- **Пассивное распыление:** бумажные, многослойные ленты, пропитанные метофлутрином, являющимся как репеллентом против насекомых. Эти ленты продаются в герметических упаковках и начинают действовать при извлечении пропитанной ленты, нет необходимости нагревать их для распыления активного вещества.
- **Распыление:** распыление пестицидов на поверхности предметов в доме, должно привести к уничтожению комаров, которые садятся на эти поверхности на достаточно долгое время. Эффективность этого способа против летающих насекомых ограничена. Так как в некоторых случаях насекомое вообще не садится на обработанные предметы.

Также не доказана эффективность распыления пестицидов в воздухе для предотвращения укусов.

Личные средства защиты, относительно которых существуют доказательства их эффективности в определенных условиях или частично

Препараты для кожи, содержащие масла, такие как цитронелла, гераниол и другие, испарение и сжигание (свечи, факелы, и т.д.) масла типа цитронеллы, гераниол; некоторые ловушки, обработка поверхностей и распыление пестицидов в воздухе.

Неэффективные средства для защиты от комаров

Браслеты, наклейки, цепочки и т.д. пропитанные репеллентами; приборы на основе ультразвука; потребление или нанесение чеснока на участки кожи, а также витамина «В» и ароматизированных масел.

Практически невозможно добиться полной защиты используя лишь одно средство, каким бы эффективным оно не было. Поэтому рекомендуется использовать несколько средств одновременно.

Что делать если меня укусил комар?

По мере необходимости можно нанести на укушенное место препарат успокаивающий зуд, в случае острой аллергической реакции или вторичной инфекции следует обратиться к врачу. Если в период от 5 до 21 дня с момента укуса развивается жар или заболевание схожее с гриппом следует обратиться в поликлинику к врачу для уточнения диагноза и назначения лечения.

Отделение профилактики ТОГБУЗ «Тамбовская ЦРБ»