

## **Геморрагическая лихорадка с почечным синдромом (ГЛПС, мышьяная лихорадка) – опасная инфекция!**

**Как происходит заражение?** Вирус-возбудитель ГЛПС, может проникать в организм человека от инфицированных грызунов различными путями. Заражения людей наиболее часто происходят:

- при вдыхании инфицированной пыли во время уборки подвалов, погребов, садовых домиков, расположенных в лесу или вблизи леса;
- при сборе хвороста, валежника, ягод, грибов;
- при ночевках в стогах сена, скирдах соломы, вагончиках и других нежилых постройках;
- при употреблении пищевых продуктов, загрязненных грызунами (со следами погрызов, экскрементов грызунов);
- контактные заражения при отлове грызунов;
- несоблюдении правил личной гигиены в период пребывания в лесу.

**Как проявляется заболевание?** От момента заражения до появления первых признаков заболевания происходит от 4 до 30 дней. Заболевание начинается с повышения температуры (39-40 С). Отмечаются мучительные головные и мышечные боли, боли в глазах, иногда ухудшение зрения, появляются жажда и сухость во рту. На коже плечевого пояса и в подмышечных впадинах может появляться геморрагическая сыпь в виде одиночных или мелких множественных кровоизлияний. Особенно типичен для ГЛПС почечный синдром: резкие боли в животе и пояснице, резко уменьшается количество выделяемой мочи, в ней может появиться кровь.

**Как себя защитить?** В целях предупреждения заражения ГЛПС необходимо соблюдать меры предосторожности!

- уничтожать грызунов в домашних постройках, сараях, гаражах;
- избегать ночевки в стогах сена, скирдах соломы, шалашах, в заброшенных строениях;
- не использовать для подстилок прошлогоднее сено или солому;
- хранить продукты в хорошо закрываемой таре, недоступной для грызунов;
- не употреблять в пищу продукты, испорченные грызунами;
- при сборе хвороста, заготовке дров, других работах, связанных с возгонкой пыли, пользоваться рукавицами и увлажненной 4-х слойной марлевой повязкой;
- соблюдать правила личной гигиены (мыть руки перед едой), не ловить и не брать в руки грызунов или их трупы.
- проводить очистку населенных мест от мусора, валежника, сухостоя, являющихся местами массового скопления и размножения грызунов с использованием средств защиты органов дыхания.

При появлении первых признаков заболевания немедленно обращайтесь к врачу.

## **Защитите себя от инфекций, передающихся иксодовыми клещами**

*Укус клеща - это реальная опасность попадания в организм клещевых инфекций!*

### **Как защитить себя от клещевых инфекций?**

Лучший способ *неспецифической профилактики* - предотвращение самого присасывания клеща. Если вы отправились в лес - выбирайте одежду, максимально закрывающую поверхность тела, однотонную светлого цвета – на ней клеща будет проще заметить. Желательно надеть рубашку или куртку с застегивающимся воротником и манжетами, заправить рубашку в брюки, а брюки в сапоги.

Проводите самоосмотр, либо осматривайте друг друга каждые 10-15 минут во время пребывания на природе. При проведении осмотра необходимо обращать внимание на «любимые» места присасывания клещей – в паховой и подмышечной областях, под грудью, за ушными раковинами, на голове.

Также рекомендуется использовать специальные химические средства – репелленты (отпугивающие клещей) для обработки одежды или акарицидные средства (убивающие клещей).

Осматривать собак и других животных после прогулок, для удаления с них прицепившихся и присосавшихся клещей. Ни в коем случае не раздавливайте клещей, т.к при этом возбудитель заболевания может попасть в кровь через незаметную царапину на коже.

### **Как правильно вытащить (удалить) клеща из кожи человека**

Если клещ все-таки присосался, в первую очередь, необходимо обратиться в лечебное учреждение для его извлечения. Чем быстрее будет удален клещ, тем меньше вероятность того, что в кровь попадет возбудитель опасного заболевания.

### **Что делать с клещом?**

1. Клеща нужно сохранить в максимально неповрежденном состоянии, лучше живым. Поместите клеща в герметичную емкость с кусочком влажной ваты или свежей травинки.
2. Храните клеща до исследования, поместив в холодильник при температуре +4-8°C
3. Доставьте клеща в лабораторию в кратчайшие сроки для определения его инфицированности (г. Оренбург, ул. 60 Лет Октября, 2/1, одноэтажное здание во дворе, тел. 8(3532) 43-07-49 ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Оренбургской области»).

### **В случае получения результата «обнаружено»**

С результатами анализа необходимо обратиться к врачу-инфекционисту в инфекционных стационарах или отделениях, либо в поликлинику. Вам будет назначена соответствующая профилактика развития заболевания.

Если Вам не удалось сдать клещей для анализа или при отрицательных результатах анализа в течение месяца после присасывания Вы почувствовали недомогание, повышение температуры тела, увеличивающееся красное пятно на месте присасывания, то необходимо обратиться к врачу, сообщив ему о факте присасывания клещей.