**Jedziesz na majówkę? Uważaj na kleszcze, sezon właśnie się zaczął**

* **Weekend majowy to początek szczytowej aktywności kleszczy, które przenoszą m.in. boreliozę.**
* **Nawet w czasie ograniczonej aktywności z powodu pandemii, w ostatnich dwóch latach odnotowano po kilkanaście tysięcy zakażeń rocznie, a w 2019 r. było ich ponad 20 tys. Czego spodziewać się w tym roku?**
* **Nie wolno lekceważyć rumieni czy bólów w stawach, tylko niezwłocznie iść do lekarza. Nieleczona borelioza potrafi trwale spustoszyć organizm.**

Planując pierwsze w tym roku, dłuższe wyjazdy na urlop, zapominamy o niektórych zagrożeniach. Wśród nich jest borelioza – niebezpieczna choroba przenoszona przez kleszcze. Wielu Polaków odpoczywa w tym czasie na łonie natury, wybierając m.in. lasy czy letniska zlokalizowane w pobliżu jezior. Ale nie musimy nigdzie wyjeżdżać, żeby natknąć się na kleszcze. Może się to zdarzyć w trakcie spaceru w parku lub w przydomowym ogródku.

W ubiegłym roku, w całym kraju zanotowano 12 427 przypadków zachorowań na boreliozę – wynika z danych Wojewódzkiej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Poznaniu.[[1]](#footnote-1) Z kolei w latach 2020 i 2019 wskaźniki były jeszcze wyższe, czyli odpowiednio 12 934 i 20 632, czytamy w biuletynie Narodowego Instytutu Zdrowia Publicznego.[[2]](#footnote-2)

– *Eksperci szacują, że oficjalne dane to jedynie niewielka część rzeczywistych zakażeń. Istnieją podejrzenia, że liczba chorych może sięgać nawet kilkuset tysięcy rocznie. Borelioza od lat zajmuje też wysoką pozycję wśród rozpoznawanych chorób zawodowych. Skutki zakażenia mogą być poważne i nieodwracalne, jeżeli nie podejmie się leczenia w odpowiednim czasie. Dlatego po ukąszeniu trzeba zwracać uwagę na objawy. Pamiętajmy, że niektóre mogą pojawić się dopiero po kilku tygodniach i mogą przypominać grypę czy dolegliwości żołądkowe. Nie wolno też ignorować rumieni na skórze* – zauważa Xenia Kruszewska, Dyrektor Działu Ubezpieczeń Zdrowotnych w SALTUS Ubezpieczenia.

**Gdzie i jak można trafić na kleszcza?**

Kleszcze występują powszechnie w całej Europie, w tym oczywiście w Polsce. Można je spotkać na obszarze całego kraju, ale od lat największe skupiska tych pajęczaków odnotowuje się na terenie województwa warmińsko-mazurskiego, podlaskiego i mazowieckiego. Kleszcze wybierają miejsca wilgotne i obfitujące w roślinność, a więc – lasy, tereny podmokłe, łąki i brzegi rzek oraz jezior. Aktywność pajęczaków zaczyna się już wczesną wiosną i trwa aż do późnej jesieni. Szczytowy okres przypada jednak na maj i czerwiec oraz wrzesień i październik. W poszukiwaniu swoich żywicieli, te pasożyty wspinają się na trawy i krzewy, gdzie zwisają na źdźbłach lub spodach liści. Dlatego trudno je zauważyć i w efekcie „złapać”.

**Nie lekceważ tych objawów**

Wiele osób nawet nie zauważa ukąszenia przez kleszcza, ponieważ nie zawsze skutkuje ono charakterystycznymi zmianami na skórze. Borelioza to bardzo podstępna choroba i objawia się na jeszcze wiele innych sposobów, ale część z nich pojawia się dopiero po kilku tygodniach.

Objawy zakażenia boreliozą to m.in.:

* problemy grypopodobne (gorączka, dreszcze, powiększenie węzłów chłonnych),
* pokarmowe (bóle brzucha, zaparcia, biegunki),
* zmiany skórne (rumień, obrzęk, zapalenie skóry),
* zapalenie, opuchnięcie stawów (zwykle atakuje staw kolanowy lub skokowy)
* zaburzenia pracy serca, bóle w klatce piersiowej

– *Poza tym borelioza może mieć wpływ na słuch i wzrok, czy powodować zaburzenia nastroju. Choroba często atakuje wiele narządów naraz, dlatego może być trudna do wykrycia. Zatem już od maja trzeba zwracać szczególną uwagę na wszystkie dobrze znane oznaki zakażenia, szczególnie gdy podejrzewamy ukąszenie. W tej sytuacji powinniśmy jak najszybciej udać się do lekarza, aby zwiększyć szansę na szybki powrót do zdrowia i uniknięcie poważnych problemów. Borelioza to niebezpieczna choroba, która w skrajnych przypadkach może uszkodzić ośrodkowy układ nerwowy, czyli nasz mózg* – dodaje Xenia Kruszewska z Saltus Ubezpieczenia.

**Od maja zachowaj szczególną ostrożność**

Nieleczona borelioza już po roku może osiągnąć przewlekłą postać i spowodować trwałe szkody. Przeciwko tej chorobie nie da się zaszczepić – taka szczepionka po prostu nie istnieje. Na szczęście stosowanie podstawowych zasad bezpieczeństwa znacząco minimalizuje ryzyko ukąszenia. Wystarczy stosować m.in. środki odstraszające. Ale nawet jeśli okaże się, że zostaliśmy ukąszeni, nie oznacza to najgorszego. Najważniejsze, aby jak najszybciej pójść do lekarza. Boreliozę leczy się antybiotykami, więc terapia nie musi być skomplikowana, choć może być długotrwała.

Źródło: SALTUS Ubezpieczenia

1. Źródło: https://www.gov.pl/web/wsse-poznan/kleszcze [↑](#footnote-ref-1)
2. Źródło: http://wwwold.pzh.gov.pl/oldpage/epimeld/index\_p.html#01 [↑](#footnote-ref-2)