



Ką turėtumėte žinoti apie erkės



SVEIKAS SAULĖS MIESTAS
Šiaulių miesto savivaldybės
viešoji sveikatos biuro

Kaip erkės atrodo?

Erkės tai 0,5 iki 15 mm dydžio išoriniai parazitai (ektoparazitai). Erkės prisitvirtina prie gyvūnų ar žmonių odos, įsisiurbia į jos paviršių ir maitinasi šeimininko krauju.

Kur erkės gyvena?

Erkės veisiasi ne tik miškuose ir pievose, bet ir miestų parkuose bei soduose. Jos negali šokinėti ar skraidyti, todėl prisitvirtina prie gyvūnų ar žmonių odos, kai ši liečiasi su žole. Todėl veikla lauke sukelia erkių įsisiurbimo riziką.

Kur dažniausiai įsisiurbia?

Erkės dažniausiai įsisiurbia plaukuotose kūno vietose, už ausų, taip pat alkūnių ir kelių vidinėse pusėse, kirkšnyse ir pažastyse. Vaikams dažniausiai įsisiurbia galvoje arba natūraliose raukšlėse. Augintiniams svarbu apžiūrėti galvos sritį, krūtinę, kirkšnis.



ERKIŲ AKTYVUMAS SKIRTINGAIS METŲ LAIKAIS

Žiema

Žiemą erkės panyra į ramybės būseną, vadinamą diapauze. Diapauzės metu erkės tampa neaktyvios, sulėtėja jų medžiagų apykaita, jos nesimaitina krauju. Diapauzėje erkės išbūna iki pavasario, kol oro temperatūra pakyla iki 6°C. Erkių gyvavimui kritiškai reikalingas ne tik kraujas, bet ir drėgmė. Todėl šaltos ir sausos žiemos, gali sumažinti erkių populiacijos gausą.

Pavasaris

Pavasario metų laikui būdingas didžiausias erkių aktyvumas. Šiuo metų laiku visų vystymosi stadijų erkės yra alkanos po žiemos ramybės periodo. Kad išaugtų į kitą stadiją, erkėms reikia maitintis krauju. Iš karto po to, kai pasimaitina krauju pavasarį, suaugusios erkės padeda kiaušinėlius. Pirmieji susirgimo erkiniu encefalitu atvejai registruojami praėjus 2-4 savaitėms nuo erkių aktyvumo pradžios.





Vasara

Erkių aktyvumas vasaros mėnesiais priklauso nuo klimato sąlygų. Jei oro temperatūra nėra aukšta ir pakanka drėgmės, erkių aktyvumui tai – labai tinkamos sąlygos. Esant aukštai temperatūrai, sausrai, erkėms gresia gyvybiškai pavojingas kūno drėgmės praradimas, todėl jų aktyvumas sumažėja.

Ruduo

Antrasis erkių aktyvumo pikas pasireiškia rudenį. Šiltojo sezono pradžioje pasimaitinusios erkės išsivysto į kitą brandumo stadiją ir vėl būna alkanos. Šis erkių aktyvumo laikas yra nepalankus žmonėms, nes sutampa su jų aktyvia veikla, gamtoje, pvz., grybavimas, uogavimas, žoliavimas ir pan.



KOKIAS LIGAS ŽMONĖMS GALI PERDUOTI ERKĖS?

Erkinis encefalitas – tai sunki virusinė liga, kuri pažeidžia galvos smegenis, jų dangalus ir periferinius nervus. Inkubacinis periodas trunka 2–33 dienas, vidutiniškai 7–14 dienų. Pirmoje ligos fazėje pasireiškia karščiavimas, kaulų, raumenų, galvos skausmas, nuovargis. Vėliau seka „tariamo pasveikimo periodas“, po kurio atsiranda centrinės nervų sistemos pažeidimo simptomai. Nuo erkinio encefalito vaistų nėra.

Laimo ligą sukelia *Borrelia* rūšies bakterijos. Žmogus užsikrečia įsisiurbus nimfoms arba suaugusioms erkėms. Skiriamos trys Laimo ligos stadijos – ankstyva lokalizacijos, ankstyva diseminacijos ir vėlyva (lėtinė). Dažnai pirmas Laimo ligos simptomas būna apskritas raudonas odos bėrimas su aiškia centrine zona susiformuoja per 3–30 dienų po erkės įsisiurbimo. Vėliau seka nervų sistemos/sąnarių/širdies sistemos/odos ar kt. pažeidimai. Laimo liga gydoma antibiotikais



Abi ligos – erkinis encefalitas ir Laimo liga – žmogui yra perduodamos per erkės įsisiurbimą arba vartojant nevirintą pieną. Įsisiurbimai paprastai būna neskausmingi, tačiau žmogaus organizmo reakcija į užkrėstų erkių įsisiurbimus skirtingų ligų atveju yra skirtinga.

Infekcijos perdavimas – erkės perduoda erkinio encefalito sukėlėjus žmonėms, praėjus vos kelioms minutėms po įsisiurbimo, tačiau Laimo ligos sukėlėjui perduoti reikia, kad erkė būtų įsisiurbusi 36–48 valandas.



KAIP APSISAUGOTI NUO ERKIŲ PLATINAMŲ LIGŲ?



Pasaulio Sveikatos Organizacija (PSO) rekomenduoja skiepytis nuo erkinio encefalito visų amžiaus grupių asmenims, įskaitant vaikus, gyvenantiems geografiniuose regionuose, kuriuose sergamumas erkinio encefalitu yra ≥ 5 atvejai / 100 000 gyventojų. Lietuvos Respublikoje 2020 m. sergamumas erkinio encefalitu buvo 24,3/100 000 gyventojų t. y. beveik penkis kartus viršijo sergamumo rodiklį, kuriam esant PSO rekomenduoja skiepytis visiems tos šalies gyventojams. Remiantis Pasaulio Sveikatos Organizacija, efektyviausia apsauga nuo erkinio encefalito yra skiepai.



KITOS APSAUGOS PRIEMONĖS



Venkite miško vietovių nuo pavasario iki vėlyvo rudens



Renkitės kuo šviesesniais drabužiais. Palaidinė turėtų būti ilgomis rankovėmis sukišta į kelnes, ilgos kelnės sukištos į kojines. Dėvėkite kepurę.



Naudokite efektyvius repelentus. Vaikams naudoti, tik jiems pritaikytas priemonės



Reguliariai tikrinkite drabužius ir kūną, ar nėra erkių



Kuo greičiau pašalinkite įsisiurbusią erkę naudodami smulkų pincetą



KAIP IŠTRAUKTI ERKĘ?

1 žingsnis

- Aptikus erkę reikia ją kuo greičiau ištraukti.

2 žingsnis

- Pincetu pamėginkite sučiupti erkę kaip galima arčiau galvos. Pašalinkite ją truktelėdami atgal, jokių būdu nesukinėkite.
- Įkandimo vietos netepkite riebalais.

3 žingsnis

- Žaizdelę dezinfekuokite.
- Jeigu nepavyko pilnai pašalinti erkės ir liko galvutė, neдрaskykite. Galvutę kaip svetimkūnį organizmas pašalins pats.
- Jeigu erkės įkandimo vietoje atsiranda paraudimas, blogai jaučiatės, nedelsdami kreipkitės į gydytoją.