

Túrázás- kirándulás- kullancs

Réfi Rita
Iskolavédőnő

Kullancsok előfordulnak

- Erdőben
- Mezőkön
- Cserjés réteken
- Parkokban
- Játzótereken
- Iskolák és óvodák parkjában is.
- Szabadidőközpontok szabadtéri, cserjés területein.



Kullancs



- Árnyékos, bozótos helyeket kedveli (Erdők, cserjés területek).
- Kullancsveszélyes időszak: tavasztól a téli fagyok beálltáig.
- Fűről, bokorról másznak, akaszkodnak az ember bőrébe.
- Vérszívó, élősködő pókszabású.
- Életük során 2 vagy 3 gazdatestből táplálkozik.
- Kórokozókat juttatnak az ember szervezetébe, miközben a vért szívják.
- Ezek a kórokozók a következő betegségek idézik elő:
 - Lyme-kór
 - agyvelőgyulladás

Figyelni a kirándulásoknál 1.

- Túrázáshoz hosszú nadrágot kell húzni, szárát a zokni alá betűrni.
- Kalapt, sapkát javasolt felvenni magas cserjés, erdei sövényeken.
- Amennyiben le szereténk ülni a növényzetre, javasolt pléd vagy takaró használata.
- Fehér ruházaton jobban észrevehetővé válik.
- Tavasztól, kora téli időszakig - fagyokig - túrázásnál kell számítani a csípésre.
- Túrázáskor a kijelölt turista útvonalakat, kitaposott ösvényt kell követni.
- Kullancsriasztó szerek alkalmazása javasolt a kirándulás megkezdése előtt.
- Kiránduláskor 1-2 óránként érdemes ellenőrizni, hogy a ruházaton nem mászik-e kullancs.

Figyelni a kirándulásoknál 2.

- A kapható kullancsrisztó spray-ket ne csak a bőrre, hanem a kirándulásnál használt ruhára is érdemes ráfújni.
- Sparyk használata javasolt: lábszár, derék, kar, nyak területére.
- Sparyk használatánál figyelembe kell venni, hogy a hatás meddig tart, majd megismétlendő.
- A nap végén fontos, hogy a teljes testfelszínt át kell nézni.
- Leggyakrabban a hajlatok, derék, nyak felszínén fordul elő, de a teljes testfelület átnézendő!
- Amint kullancsot észlelünk, távolítsuk el. Ne várjunk vele.
- Minden háztartásban legyen kullancskiszedő kanál, ami a patikában kapható.

Eltávolítás és megelőzés szempontjai

- Észlelést követően patikában kapható kullancskiszedő kanállal eltávolítandó.
- Ne alkalmazzunk sima csipeszt vagy körömmel való kapargatást, ne nyomjuk össze a kullancs testét, mert annál több kórokozót fecskendez a szervezetbe.
- Ezt követően két héten keresztül figyeljük, hogy nem jelenik-e meg a kokárda jellegzetes rajzolta. Láz, fáradtság nem észlelhető-e.
- Amennyiben elváltozás észlelhető, házi orvos felkeresése javasolt.
- A tavasz beköszönte előtt házi orvos felkeresése javasolt, agyvelő elleni védőoltási sorozat beadása céljából.
- Lyme-kór ellen nincs védőoltás, ezért fontos a megelőzés.
- Lyme-kór tünete a csípést követő, maximum második hét környékén megjelenő kokárda tünet.
- A kokárda tünet észlelésekor házi orvos által javasolt antibiotikus kezelés történik, amit pontosan be kell tartani.



Javasolt források:

[Heim Pál Kórház](#)

[Magyar Orvosi Kamara](#)

[Bethesda Kórház](#)

[Medicalonline](#)

[Medicalonline](#)

[Kullancsveszély](#)



Köszönöm a figyelmet!