

Aktivnost tabornikov v naravi in zaščita pred nalezljivimi boleznimi, ki jih prenašajo klopi

(informacije za člane in njihove starše o boleznih, ki jih prenašajo klopi in o preventivnem cepljenju)

Ugotovljeno je, da ljudje niso preveč seznanjeni o boleznih, ki jih prenašajo klopi in o možnosti zaščite pred njimi. Ugriz klopa je nevaren za človeka, saj lahko prenaša nekatere bolezni, pri nas predvsem **klopni meningoencefalitis in boreliozo lyme**. Ti dve bolezni ne gre zamenjevati, saj so bolezenski znaki in tudi zdravljenje različni. **Pomembno je poudariti, da vsak klop ni okužen!**

Nedvomno smo taborniki, ki večino prostega časa aktivno preživljamo v naravi, potencialno ogrožena skupina. **Razloga za paniko ni, toda kako se torej zaščititi?** Na sprehodih in izletih v naravo se pred klopi zaščitimo z oblačili, pri katerih je čim več kože pokrite (dolge hlače, škornji, ruta). Oblačila naj bodo svetle barve, da klopa na oblačilih lahko opazimo. Namažemo se z repelentom (Autan, Off, 3M,...), katerega vonj odganja klope. Večkrat med sprehodom se ozremo na noge in pogledamo, če morda kakšen klop leze po hlačnicah oz. golih nogah, kajti dejstvo je, da večina klopov živi v podrastju. Po vrnitvi iz narave natančno pregledamo telo, se stuširamo in umijemo glavo. Oblačila dobro skrtačimo, če so pralna, jih operemo. Če pri pregledu telesa opazimo klopa, ga čim prej in previdno odstranimo. Čim hitreje klopa opazimo in pravilno odstranimo (načinov je več), manjša je možnost okužbe. Svetujemo, da si nekam zabeležite, kje ste imeli vbod klopa in kdaj se je to zgodilo, saj je to zelo koristna informacija za potek zdravljenja v primeru okužbe. Na večjih taborniških akcijah, kot sta denimo večdnevno taborjenje, jesenovanje ali zimovanje, kjer prisese klope odstrani za to določena oseba na akciji, si pomembne podatke zapiše vodnik, ki jih ob koncu akcije na željo staršev tudi posreduje (velja za MM, MČ in mlajše GG). To je poleg mazanja z repelenti tudi največ, kar lahko mi storimo za boljšo zaščito naših članov.

Društvo tabornikov Rod snežniških ruševcev ne prevzema odgovornosti za točnost spodnjih informacij, saj je gradivo povzeto po spletnih straneh in je zgolj informativnega značaja ter namenjeno obveščanju naših članov in njihovih staršev o omenjeni problematiki. Več podrobnosti o boleznih in poteku zdravljenja je dostopnih na spletnih straneh ali pri vašem osebнем zdravniku. Vodstvo RSR tudi ne prevzema odgovornosti v primeru okužbe naših članov na kateri izmed akcij.

KLOPNI MENINGOENCEFALITIS

Klopni meningoencefalitis je virusna bolezen možganske ovojnice in centralnega živčnega sistema. Bolezen običajno poteka v dveh fazah. Na mestu vboda klopa pri klopnem meningoencefalitisu praviloma ni opaznih sprememb na koži. Prva faza bolezni se začne približno 7 dni po vbodu klopa in poteka podobno kot pri gripi (slabo počutje, bolečine v mišicah, glavobol). Pri večini bolnikov sledi po prostem intervalu (nekaj dni do tri tedne) druga faza bolezni s visoko temperaturo, močnim glavobolom in lahko celo z nezavestjo. Bolezen lahko pusti trajne posledice, kot so glavobol, zmanjšana delovna sposobnost, zmanjšana sposobnost koncentracije, pareze pa tudi ohromelost. Klopni meningoencefalitis je redko smrtna bolezen (1-2 odstotka odraslih bolnikov).

CEPLJENJE PROTI KLOPNEMU MENINGOENCEFALITISU

Najučinkovitejši način zavarovanja pred boleznijo je cepljenje. Bazično cepljenje sestoji iz treh odmerkov (doz) cepiva:

1. doza: priporočljiva je še v hladnih zimskih mesecih;
2. doza: 14 dni do 3 mesece po prvi dozi, tako da oseba prejme vsaj dve dozi cepiva do tedaj, ko nastopi aktivnost klopov;
3. doza: 6 do 12 mesecev po drugi dozi

Vsaki 5 let je potrebno pozitivno cepljenje z eno dozo cepiva.

Klopni meningoencefalitis lahko preprečimo le s popolnim bazičnim cepljenjem (tri doze) in pravočasnim pozitivnim cepljenjem (ena doza). To je posebno pomembno zato, ker za bolezen ni specifičnega zdravila. Za cepljenje proti klopnemu meningoencefalitisu je spodnja starostna meja 1 leto, zgornje starostne meje ni. Informacije o cepljenju dobite v Zdravstvenem domu Ilirska Bistrica na tel. št. 05 71 41198.

BORELIOZA LYME

CEPLJENJA PROTI BORELIOZI ŠE NI

Boreliozna lyme je druga pomembna bolezen, ki jo prenašajo klopi. Za razliko od klopne meningoencefalitisa proti boreliozni cepljenje zaenkrat ne obstaja. Bolezen se zdravi z antibiotiki. Razširjenost borelioze ni omejena na znane okužene predele klopne meningoencefalitisa, ampak so s povzročiteljem te bolezni okuženi klopi po celi Sloveniji.

BOLEZENSKA SLIKA BORELIOZE

Kadar je bolezenska slika izražena v celoti, se približno 10 dni (od 2 dni do nekaj tednov) po vbodu klopa, na mestu vboda, pojavi rdečina, ki se postopno širi, osrednji del pa blede; razvije se obročast izpuščaj, ki se postopno veča. Kožne spremembe navadno trajajo nekaj tednov. Včasih izpuščaj srbi ali peče. Nekateri bolniki so utrujeni, se slabo počutijo, boli jih glava in mišice, drugi nimajo težav. Rdečina lahko izgine tudi brez zdravljenja, vendar v tem primeru lahko okužba prodira dalje. V drugem in tretjem obdobju bolezni (lahko tudi več mesecev ali let po okužbi) se pokažejo znaki prizadetosti številnih organov ali organskih sistemov - kože, živčevja, sklepov, mišic, tudi oči in srca. **Pomembno je vedeti, da do sprememb na koži lahko sploh ne pride, zato morate biti pozorni na ostale simptome bolezni. Bolezen se lahko tudi za več let prikrije in izbruhne na dan veliko časa po vbodu klopa.**

KAKO BOLEZEN UGOTOVIMO

Bolezen ugotovimo na podlagi tipičnih kožnih sprememb in (ali) s pregledom krvi. Pomembno je, da bolezen ugotovimo v začetni fazi. Mesto, na katerem je bil prisesan klop opazujemo še vsaj 10 dni po odstranitvi klopa.

Če opazimo rdečino, ki se širi navzven ter postaja v sredini svetla (oblika kolobarja), se čim prej posvetujemo s svojim zdravnikom, da bo predpisal ustrezno antibiotično zdravljenje, ki bo v večini primerov preprečilo nadaljnji potek bolezni. Obročast kožni izpuščaj je za bolezen značilen, vendar se pogosto ne pojavi ali ga ne opazimo.

Če bolezni v zgodnjem obdobju ne prepoznamo in ne zdravimo, se lahko po več tednih, mesecih ali celo letih pojavijo okvare živčevja, srca, prizadetost sklepov in/ali pozne kožne spremembe.

Na borelijsko okužbo nas opozorijo glavobol, vrtoglavica, bolečine v križu, vratu, hrbtenici, prsnem košu (občutek, da prsni koš ali trebuh stiska obroč), neredno utripanje srca, mravljinčenje po raznih delih telesa, predvsem po rokah in nogah, ohromitev obraza ali udov, motnje vida in sluha, motnje spomina, nervoznost, nespečnost; pogoste so bolečine v mišicah in sklepih, včasih sklepi tudi otečejo (zlasti kolena). Lahko se pojavi le ena od naštetih težav, pogosto pa več hkrati. Značilno je, da se pojavljajo v valovih in da jih spremlja splošno slabo počutje.

Navedene zdravstvene težave so podobne težavam pri številnih drugih boleznih, vendar naj bodo zlasti ljudem, ki so veliko v naravi, opozorilo, da so lahko posledica Lymske borelioze. Zato ob takšnih znakih pri osebнем zdravniku zahtevajte pregled krvi za morebitno okužbo od te bolezni.

Lymsko boreliozo je treba začeti zdraviti čimprej. Z antibiotiki jo je mogoče povsem pozdraviti, še posebno, če z zdravljenjem začnemo zgodaj.