

# КАК ИЗБЕЖАТЬ УКУСА КЛЕЩА?

## Как одеваться в лес:

- На голову предпочтительно надеть капюшон, плотно пришитый к куртке, в крайнем случае, волосы должны быть заправлены под косынку



- Одежда должна быть светлой, однотонной
- Рукава должны быть длинными

- Нанести на одежду акарицидно-репеллентное средство от клещей

- воротник и манжеты должны плотно прилегать к телу, рубашку заправить в брюки

- Брюки нужно заправить в ботинки или в носки на плотной резинке

## Как не принести клещей домой:

Не заносить в помещение свежесорванные растения, верхнюю одежду и другие предметы, на которых могут оказаться клещи



Проверять домашних животных на наличие клещей после прогулки



*Совет: лучше всего для похода в лес подходят комбинезоны*

## Как вести себя в лесу:

- ✓ Нельзя садиться или ложиться на траву
- ✓ Стоянки и ночевки стоит устраивать на участках, лишенных травяной растительности или в сухих сосновых лесах на песчаных почвах



- ✓ Каждые несколько часов внимательно осматривайте одежду, тело и волосы

Исследования КЛЕЩЕЙ проводятся в лабораториях  
ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Ленинградской области»  
по адресу: г. СПб, ул. Ольминского, д. 27 (ст. метро «Елизаровская»),  
контактные телефоны: +7 (921) 646-77-93, +7 (812) 448-12-33,  
С более подробной информацией можно ознакомиться на сайте ФБУЗ: [www.cgelo.ru](http://www.cgelo.ru)