

# Профилактика укусов клещей

Клещи обычно поджидают жертву, сидя на траве или ветке кустарника, и очень редко поднимаются на высоту выше метра. Поэтому обычно они цепляются к ногам человека и потом "ползут" вверх в поисках удобного места для присасывания. Правильно одевшись, вы сможете периодически снимать клещей с одежды, не давая им "добраться до тела".

## Защищаемся от клещей

Надевайте светлую одежду, на ней хорошо видно клещей, желательно гладкую, за нее им сложнее цепляться

Одежда должна быть с длинными рукавами и плотно прилегающими к запястью манжетами

Всегда заправляйте одежду в штаны

Клещи подстерегают жертву сидя на траве, особенно их много вдоль тропинок. Остерегайтесь высокой травы и кустарника, держитесь середины тропы

Обязательно надевайте головной убор

Обработывайте одежду акарицидными или репеллентными препаратами



Надевайте штаны, заправляйте их в носки или высокую и закрытую обувь



## Как правильно одеться, чтобы не стать жертвой клеща

Находясь в местах обитания клещей, избегайте темных тонов в одежде, так как клещей труднее заметить на темном фоне.

Заправляйте верхнюю одежду в штаны, а штаны – в носки. Если нет капюшона - наденьте головной убор.

## Пользуйтесь средствами химической защиты