

Как да се предпазим от кърлежи?

Кърлежите се срещат в тревисти и горски местности и при висока влажност. Най-активни са от април до юни и от август до октомври. Ако сте сред природата е необходимо на всеки два - три часа внимателно да преглеждате кожата и дрехите си. Обикновено се захващат върху меките части на тялото.

При разходка в тревисти терени носете дрехи с дълги ръкави и крачоли, най-добре цветни или бели дрехи, високи чорапи и високи обувки.

Проверявайте редовно домашните любимци за наличие на кърлежи. При наличие на кърлежи по животните потърсете помощ и съвети от ветеринарен лекар.

При ухапване от кърлеж потърсете незабавно медицинска помощ, ако това е невъзможно премахнете кърлежа с пинцета бавно във вертикална посока. След това дезинфекцирайте мястото и следете за поява на зачервяване, обрив или болка. Поне 6 - 7 дни, след като ви отстранят кърлеж мерете температурата си, ако се повиши, потърсете пак лекарска помощ.

Първа помощ при ухапване от насекомо



При наличие на болка, оток, зачервяване, отпадналост или световъртеж е необходимо:

1. Да се извади жилото, ако има такова /по-добре с пинцет, като се захваща близо до кожата/.
2. Засегнатия участък да се почисти с вода и сапун незабавно и да се покрие с памук или марля, напоени с разтвор от амоняк или спирт.
3. На пострадалия да се дават течности и болкоуспокояващи средства - напр. аналгин.
4. По-късно да се постави студен компрес.
5. При нужда следва бързо да се потърси квалифицирана медицинска помощ.



Проекта се финансира от Програма за храни и основно материално подпомагане 2021 – 2027 г. от Европейски социален фонд плус.

Настоящата информационна брошура е изготвена в изпълнение на “Предоставяне на съпътстващи мерки” по проект „Топъл обяд в община Алфатар“



Съфинансирано от Европейския съюз

ПРОГРАМА ЗА ХРАНИ И ОСНОВНО МАТЕРИАЛНО ПОДПОМАГАНЕ 2021-2027

ЕВРОПЕЙСКИ СОЦИАЛЕН ФОНД ПЛЮС

Операция BG05SFPR003-1.001 „Топъл обяд“



Как да се предпазим от насекоми



Бенефициент на проект BG05SFPR003-1.001-0154-C01 “Топъл обяд в община Алфатар”

Със затоплянето на времето много от нас прекарват повече време на открито. Но с топлото време идва и рискът от ухапвания от насекоми като комари, кърлежи и бълхи, както и ужилвания от оси и пчели. Тези ухапвания могат да бъдат не само болезнени, но и да пренасят неприятни болести, както и да предизвикат алергични реакции.

Как да се предпазим от комари?



• Носете по-тъмни дрехи

Комарите са привлечени от светлината, а ако сте облечени в светли цветове се превръщате в потенциална жертва. Обличайте тъмни дрехи и по този начин няма да привлечате насекомите към себе си.

• Избягвайте места с вода

Комарите често се намират около места с бавнодвижеща се или неподвижна вода - например язовири, езера или реки. Ако сте неподатливи на ухапвания от насекоми е препоръчително да избягвате да стоите вечер край такива места. В случай, че няма как да избегнете посещение на подобно място, облечете дълги дрехи и се подгответе с репеленти и спрейове против комари и други насекоми.

• Използване на средства за отблъскване

Има най-различни средства срещу комари. Такива са различните уреди за ултразвуково отблъскване, които излъчват звукови вълни,

неприятни за комарите. Може да се снабдите и с електрически лампи и капани, които привличат и улавят всякакви летящи насекоми, спирали против комари и др. Също така в домашни условия климатикът или обикновен вентилатор може да прогони комарите.



• Използвайте репеленти

Използвайте репеленти, съдържащи DEET /diethyltoluamide/ или пикаридин. Те предоставят отлична и дълготрайна защита срещу комари.

Как да лекувате ухапването от комар?

Не чешете мястото, колкото и силен да е сърбежът. Винаги носете в себе си алергозан или гел за след ухапване от насекоми. Гелът има успокояващ и охлаждащ ефект.

Съществуват и много домашни методи за лечение на ухапванията от комари. Широко разпространен е методът с ябълков оцет - прави се компрес и се прилага върху мястото на ухапването. Сол и вода също ще помогне - три чаени лъжички сол и една лъжичка вода се смесват и разбъркват докато се образува гъста паста. Ухапаното място се намазва със сместа и изчакват да изсъхне. Има успокояващ и облекчаващ ефект. Друг вариант е да се използва концентриран лимонов сок, с който да намажете наранената кожа.



Как да се предпазим от жилещи насекоми?

От дистанция пчелите и осите не различават добре предметите, а се ориентират предимно по цветовете и ароматите. Не прекалявайте с парфюма и не носете дрехи с ярки цветове, защото така ще ги привлечете.

Стойте далеч от места, където има близки кошери или пити на оси, пчели и особено на стършелите. Стършелите не нападат често хора, но ако се приближим до гнездото им ще ни помислят за агресори и ще нападнат. За всеки случай е добре да закрием лицето си с ръце, защото това е първото място, към което се насочват разгневените насекоми.

Не правете резки движения! Те провокират ожилване. По-добре застанете неподвижно, за да не ви се случи.

Храната и напитките трябва да бъдат покривани. Ако сте на излет сред природата покривайте храната, пчелите се привличат от сладкото, а осите от всякаква храна.

Алергия

Ако получите симптоми като оток на тялото, болезнени обриви, подуване в гърлото и ниско кръвно налягане, незабавно **потърсете медицинска помощ!**

Природни лекове при ожилване:

Чесън - скилидка чесън се разрязва на две и с едната половина се натърква засегнатото място.

Билки - невен и теснолистен живовлек. Стритите пресни листа от тези билки се слагат върху раната на пострадалия.

Етерични масла - лавандула, мента, чаено дърво.

Настоящата информационна брошура е изготвена в изпълнение на "Предоставяне на съпътстващи мерки" по проект „Топъл обяд в община Алфатар“