

Atšilus orams vis daugiau laiko praleidžiame gamtoje, todėl didėja tikimybė užropoti ir įsisegti ligas platinančioms erkėms. Nacionalinio visuomenės sveikatos centro prie Sveikatos apsaugos ministerijos Panevėžio departamentas primena, kad aktyviausios erkės būna pavasariį, anksti ryte ir vakare, kai naktį ir dieną temperatūra lauke siekia daugiau kaip +5 °C.

### **Praėjusiais metais Lietuvoje registruota 40 erkinio encefalito ir 230 Laimo ligos atvejų**

NVSC Panevėžio departamento duomenimis, praėjusiais metais erkių platinamomis ligomis sergamumo rodikliai Panevėžio apskrityje viršijo šalies rodiklius. Sergamumas Laimo liga Lietuvoje buvo 8,19 atv. 10 tūkst. gyv., kai tuo tarpu Panevėžio apskrityje siekė 10,61 atv. 10 tūkst. gyv. Kupiškio r. šis rodiklis buvo didžiausias ir siekė 18,31 atv. 10 tūkst. gyv.

Sergamumas erkiniu encefalitu Panevėžio apskrityje siekė 1,85 atv. 10 tūkst. gyv., kai tuo tarpu Lietuvoje buvo 1,37 atv. 10 tūkst. gyv. Didžiausias sergamumas erkiniu encefalitu Panevėžio apskrityje registruotas Panevėžio r., kai sergamumo rodiklis siekė 2,25 atv. 10 tūkst. gyv.

### **Galimos erkinio encefalito ir Laimo ligos baigtys**

Erkinis encefalitas yra centrinės nervų sistemos liga, kurią sukelia erkinio encefalito virusas. Žmogus pirmuosius ligos simptomus dažniausiai pajaučia po 7–14 d. Ligos požymiai panašūs į gripo: pakilusi temperatūra, galvos skausmas, silpnumas, šaltkrėtis, pykinimas, kartais viduriavimas. Ligonio būklė kuri laiką pagerėja, po to prasideda antroji ligos banga, jei būdingas temperatūros pakilimas, virusas tuo metu pasiekia smegenys ir sukelia jų uždegimą. Ligos baigtis gali sukelti fizinę negalią visam gyvenimui (meningitą, meningoencefalitą ir meningomielitą).

### **Laimo ligą galima pastebėti laiku**

Laimo ligos atveju erkės įkandimo vietoje gali atsirasti raudona dėmė (eritema), kuri gali keisti savo formą ir dydį. Kiti simptomai: silpnumas, galvos, sąnarių ir raumenų skausmai, gali pakilti temperatūra. Antroje ligos stadijoje vystosi neurologiniai ir kardialiniai sutrikimai, pasireiškiantys praėjus kelioms savaitėms ar mėnesiams po eritemos atsiradimo. Šioje ligos stadijoje vystosi neurologinio pobūdžio sutrikimai. Ligos negydant laiku, žmogui gali išsivystyti lėtiniai neatitaisomi ligos padariniai (paralyžiai, miego sutrikimas ir kt.). Persirgus šia liga imunitetas nesusidaro, todėl užsikrėtus galima pakartotinai susirgti.

## **Skiepai apsaugo nuo erkinio encefalito. Skiepų nuo Laimo ligos nėra**

Veiksmingiausia apsaugos nuo erkinio encefalito priemonė yra skiepai. Vakcinavimo schemos yra dvi: įprastinė ir pagreitinata. Abi schemos yra vienodai veiksmingos. Pagreitinata skiepimų nuo erkinio encefalito schema taikoma prieš pat erkių aktyvumo sezoną ar jam jau prasidėjus.

## **Kaip dar galima apsisaugoti nuo erkinio encefalito ir Laimo ligos?**

- Ruošiantis į gamtą reikia tinkamai apsirengti. Dėvėti šviesių spalvų drabužius, nes ant jų geriau matosi ropojančios erkės.
  - Naudoti erkes atbaidančias priemones – repelentus.
  - Grįžus iš poilsio gamtoje apžiūrėti dėvėtus rūbus, juos persirengti.
  - Kruopščiai apžiūrėti visą kūną, ypač paausius, pakinklius, kirkšnis, pažastis, sprandą, kadangi į šias vietas erkės įsisiurbia dažniausiai.
  - Gerai išsišukuoti plaukus, nusiprausti po dušu.
  - Pastebėję įsikibusią erkę – kuo greičiau ją ištraukti.
  - Įsisiurbimo vietą nuplauti vandeniu su muilu ir dezinfekuoti.
- 
- **Vartoti tik pasterizuotą arba virintą karvių, ožkų pieną ar jo produktus.**

