**Erkės nemiega, bet ir žmonės tampa budresni: skiepų apimtys vis didėja**

**Pernai išaugus sergamumui erkiniu encefalitu, sveikatos įstaigose fiksuojamas vis didesnis gyventojų susidomėjimas skiepais nuo šios grėsmingos ligos. Pasak vaistininkų, pirmieji erkinio encefalito simptomai gali priminti gripą, tačiau po kelių savaičių pacientus užklumpa ypatingai sunki antroji ligos fazė. Siekiant išvengti erkių įkandimų, verta atsakingai ruoštis kiekvienai išvykai į mišką ar parką, o norint apsisaugoti nuo erkinio encefalito būtina skiepytis.**

**Liga – su ilgalaikėmis komplikacijomis**

Europos ligų prevencijos ir kontrolės centro duomenimis, Lietuva jau seniai „pirmauja“ Europos Sąjungoje pagal sergamumą erkiniu encefalitu. Pernai, kaip skelbia Nacionalinis visuomenės sveikatos centras, Lietuvoje užfiksuota 58 proc. daugiau erkinio encefalito atvejų nei užpernai (atitinkamai 597 ir 377), o sergamumo rodiklis padidėjo nuo 13,3 iki 20,8 atvejo 100 tūkst. gyventojų.

„Gintarinės vaistinės“ vaistininkė Asta Budreckienė sako, kad Lietuva yra endeminė erkinio encefalito šalis, todėl svarbu žinoti, kokie gali būti šios ligos simptomai.

„Patys pirmieji simptomai pasireiškia po 1-2 savaičių ir dažniausiai primena gripą arba sunkesnės formos peršalimą, todėl daugelis žmonių, kurie nepastebi įkandimo, galvoja, kad juos kamuoja sezoninė liga arba kokia nors stipri alergija. Pacientai jaučia pakilusią temperatūrą, galvos skausmus, pykinimą, šaltkrėtį, bendrą silpnumo jausmą, kartais gali pasireikšti ir viduriavimas. Ilgainiui simptomai pradingsta ir žmogus pradeda jaustis geriau, tačiau tuomet prasideda antroji ligos fazė, kuomet vėl pakyla aukšta temperatūra, virusas pasiekia smegenis ir kyla jų uždegimas“, – perspėja ji.

Antrosios fazės laikotarpiu pacientams pasireiškia smegenų arba smegenų dangalų pažeidimo simptomai – vėmimas, pykinimas, stiprus karščiavimas, galvos skausmai, gali sutrikti sąmonė. Pačiais sunkiausiais ligos atvejais erkinis encefalitas gali progresuoti iki komos arba mirties.

„Beveik pusė erkiniu encefalitu persirgusių asmenų patiria ilgalaikių sveikatos sutrikimų – problemas su pusiausvyra ar atmintimi, kalbos, dėmesio koncentracijos, atminties arba sąmonės sutrikimus, paralyžių. Šios ilgalaikės komplikacijos gali tęstis mėnesius arba net kelis metus. Todėl vis daugiau gyventojų linkę preventyviai saugotis nuo šios pavojingos ligos – mūsų vaistinių tinkle šių metų vasario-kovo mėnesiais nuo erkinio encefalito pasiskiepijo penktadaliu daugiau pacientų nei tuo pačiu periodu prieš metus“, – sako vaistininkė.

**Suserga ne tik nuo įkandimo**

„Norfos vaistinės“ vaistininkė Ieva Tušaitė pastebi, kad pastaraisiais metais vis dažnesni erkių įkandimo atvejai ne tik miškuose, bet ir miestų ribose: parkuose, priemiesčių miškeliuose, kolektyvinių sodų prieigose.

„Tam, kad erkės išvengtų mirtino išdžiūvimo, joms reikalinga ne mažesnė nei 80 proc. mikroklimato santykinė drėgmė. Tai reiškia, kad erkių buveinės yra ten, kur yra gera augmenijos danga, ir kur dirvožemio paviršius išlieka drėgnas net sausuoju metų laiku. Tiesa, svarbu žinoti ir tai, kad egzistuoja ir vadinamasis alimentarinis žmonių užsikrėtimo erkiniu encefalitu kelias – geriant nepasterizuotą, erkinio encefalito virusu infekuotą ožkų arba karvių pieną“, – teigia ji.

Nors šylant klimatui erkių jau galima aptikti kone visus metus, daugiausiai erkinio encefalito atvejų Lietuvoje užfiksuojama birželio-spalio mėnesiais. Siekdami išvengti pavojingos ligos, vis daugiau gyventojų dar prieš šiltąjį sezoną skuba pasiskiepyti – „Norfos vaistinėse“ skiepų nuo erkinio encefalito apimtys šiemet vasario-kovo mėnesiais išaugo daugiau nei 60 proc., palyginti su 2023 m.

„Net ir pasiskiepiję nuo erkinio encefalito neturėtume prarasti budrumo. Skiepas yra veiksmingiausia priemonė norint išvengti erkinio encefalito, tačiau nuo erkių įkandimo ar kitų jų pernešamų ligų, pvz., Laimo ligos, jis neapsaugos. Tad visais atvejais keliaujant į mišką ar kitą vietovę su vešlia augmenija, būtina pasirūpinti tinkama apranga, drabužius ir atviras vietas pravartu apsipurkšti erkes atbaidančiu repelentu. Bandykite dėvėti uždarus drabužius ilgomis rankovėmis, kelnes sukiškite į batus ar kojines, galvą pridenkite skarelėmis arba kepurėmis. Rekomenduojama dėvėti šviesius drabužius, kadangi ant jų geriau matosi ropojančios erkės. Grižę iš gamtos atidžiai apžiūrėkite save veidrodyje – ypač plaukus, o drabužius perbraukite pūkų surinkėju“, – pataria I. Tušaitė.

**Pastebėjus įkandimą – naudoti pincetą**

Pasak vaistininkės A. Budreckienės, pastebėjus erkės įkandimą pirmiausia reikėtų nepanikuoti.

„Erkę reikia skubiai pašalinti, tačiau nereikia to daryti bet kaip, kad ji tiesiog būtų ištraukta. Žmonės dažnai išsigąsta ir pradeda erkę traukti iš visų jėgų, taip suspausdami jos skrandį. Kuomet suspaudžiamas erkės skrandis, jo turinys išsilieja į įkandimo vietą, todėl gali kilti infekcija. Ištraukimo procedūrai naudingiausia naudoti pincetą – juo reikėtų sugriebti erkę už galvos, kuo arčiau žmogaus odos, ir lėtai traukti į viršų“, – pataria vaistininkė.

Erkės įkandimo vietą reikėtų dezinfekuoti arba nuplauti šiltu vandeniu su muilu. Naudinga kalendoriuje pasižymėti įkandimo datą – tuomet būtų galima stebėti, ar pasireiškia erkių platinamų ligų simptomai.

„Kartais nepavyksta erkės ištraukti tobulai ir lieka nedidelė jos burnos dalis žaizdoje, tačiau tai nėra pavojinga, o vadinamieji likučiai po kelių dienų pranyks kartu su žaizda. Bet jeigu pastebite, kad įsisiurbimo vieta nepradeda gyti net ir po kelių dienų arba maždaug per mėnesį pajaučiate ligos simptomus, nedelsdami kreipkitės į gydytoją. Į gydytoją vertėtų kreiptis net ir tais atvejais, kai nepastebėjote erkės įkandimo, bet simptomai vis tiek primena erkinį encefalitą“, – reziumuoja vaistininkė.