

## Broșură pentru publicul general din zonele endemice

### **Encefalitele de căpușă**

#### **Protejați-vă împotriva bolilor transmise prin căpușe**

##### **Căpușele pot transmite boli**

Căpușele sunt foarte mici și se hrănesc cu sânge de la mamifere, reptile și păsări. În timp ce se hrănesc, acestea pot prelua bacterii sau virusuri purtate în mod natural de aceste animale.

Căpușele pot, de asemenea, mușca oamenii care trec prin mediul lor de viață, deci, există riscul de transmitere a infecțiilor în sângele dumneavoastră printr-o mușcătură de căpușă. Aceasta poate cauza diverse boli.

În Europa, principalele boli transmise prin căpușe de care trebuie să fiți conștienți, sunt: Encefalitele de căpușă, Febra recurentă de căpușă, Febra pătată mediteraneană (febra butonoasă), Febra hemoragică de Crimeea-Congo și Anaplasmoza.

##### **Despre căpușe**

*Căpușele trăiesc în vegetația de la sol și se deplasează, în principal, cățărându-se pe plante și mergând pe sol. Acestea se atașează de un animal sau o gazdă umană în trecere, folosind cârligele de pe picioarele lor.*

*Adulți: 7 -15 mm*

*Nimfe: 2 -3.5 mm*

*Larve: 0.5 – 1mm*

*Imaginea este doar orientativă. Dimensiunile pot varia între 0,5 și 15 mm, în funcție de speciile de căpușe.*

Ciclul de viață al căpușelor este format din patru etape: ou, larvă, nimfă și adult. Pe parcursul ultimelor trei etape căpușa poate mușca și poate transmite boli.

Văzute cu ochiul liber, larvele arată ca particulele de praf, în timp ce nimfele sunt puțin mai mari, având dimensiunile gămăliei de ac sau a semințelor de mac. Căpușele adulte au opt picioare și sunt de mărimea unor păianjeni mici. Căpușele adulte pot avea culoare variabilă, de la roșcat la maro închis sau negru. Odată hrănită, o căpușă femelă poate crește până la dimensiunea unui bob de mazăre, pe măsură ce corpul său se umple cu sânge.

##### **Bolile transmise prin căpușă**

Pentru a fi în siguranță, câteva zile sau săptămâni după o mușcătură de căpușă, ar trebui să fiți atenți la apariția simptomelor bolilor transmise de căpușe.

În [țara], o boală transmisă prin căpușă, de care trebuie să fiți conștienți, este Encefalita de căpușă, care se manifestă prin următoarele simptome:

- Febră
- Oboseală

- Dureri de cap
- Dureri musculare
- Grețuri

Vă rugăm să vă adresați medicul dumneavoastră dacă prezentați oricare dintre aceste simptome, în termen de 4 săptămâni de la mușcătură.

În fazele tardive, boala afectează sistemul nervos, apar simptome de meningită și este necesară spitalizarea.

### **Bolile transmise prin căpușă în Europa**

Bolile transmise prin căpușă pot fi întâlnite aproape peste tot în Europa, câteva boli având o prevalență crescută în anumite regiuni.

Înainte de a călători în străinătate, consultați site-urile autorităților naționale de sănătate pentru a verifica dacă bolile cu transmitere prin căpușe sunt un risc în regiunea în care călătoriți și solicitați medicului dumneavoastră informații cu privire la măsurile de precauție necesare, mai ales dacă aveți de gând să desfășurați activități în aer liber (camping, drumeții, vânătoare, pescuit pe lac sau râu etc) în timpul vizitei dumneavoastră.

#### **[Numele și informațiile de contact ale autorităților sanitare]**

### **Cum se depistează și cum se îndepărtează căpușele**

După ce ați desfășurat activități în aer liber în zonele în care pot trăi căpușe, verificați prezența căpușelor pe hainele și corpul dumneavoastră, acordând o atenție deosebită axilelor, zonei inghinale, picioarelor, ombilicului, gâtului și capului.

La copii, căpușele sunt adesea găsite pe cap, la nivelul liniei părului. Deoarece căpușele sunt foarte mici, pot fi ușor trecute cu vederea.

O lupă poate fi de ajutor.

Mușcătura de căpușă arată de obicei ca un mic pistrui închis la culoare, cu o crustă ce nu poate fi îndepărtată de pe piele. De obicei, nu doare. Totuși, căpușa ar trebui să fie îndepărtată cât mai curând posibil pentru a minimiza riscul de infecție.

> Utilizați o pensetă cu vârf fin sau instrumente de îndepărtare a căpușei pentru a o apuca cât mai aproape posibil de suprafața tegumentului. Trageți-o ușor în sus, constant, fără să o răsuciți și evitați să strângeți corpul căpușei sau să lăsați părți din gura acesteia în plagă. Nu strângeți corpul căpușei și nu aplicați căldură sau orice substanță peste aceasta, deoarece acest lucru poate cauza golirea conținutului stomacului acesteia în plagă, ceea ce poate provoca infecții.

> Folosind încă penseta, înveliți căpușa în hârtie igienică, aruncați-o în toaletă și trageți apa.

> După aceea, spălați plaga cu apă caldă și săpun și aplicați un antiseptic, cum ar fi alcoolul sau tinctura de iod, în acea zonă. O mică parte din gura căpușei poate rămâne în rană. Acest lucru nu este periculos și va dispărea după câteva zile împreună cu rana.

Cu toate acestea, dacă leziunea nu începe să se vindece după câteva zile, ar trebui să consultați un medic, deoarece acest lucru poate indica o infecție (rar).

### **Zone de risc**

Căpușele sunt pe locul al doilea după țânțari în privința transmiterii de boli la oameni. Datorită unor factori diverși, există acum mai multe căpușe în multe părți ale [țara] și în Europa.

În [țara], o boală transmisă prin căpușă, de care trebuie să fim conștienți, este Encefalita de căpușă care poate apărea în zonele în care se găsesc căpușe infectate care transmit boala. Căpușele se găsesc în păduri umbroase și umede, poieni cu iarbă, câmp deschis și tufișuri. Acestea trăiesc atât în zonele rurale, cât și în cele urbane. Informații despre zonele de risc din [țara] sunt disponibile la [Website relevant, de ex. [www.tickmaps.ecdc.europa.eu](http://www.tickmaps.ecdc.europa.eu)]

## **Măsuri preventive**

Bolile transmise prin căpușe pot fi prevenite prin evitarea mușcăturilor de căpușă: aplicați soluții repelente împotriva insectelor pe pielea și hainele dumneavoastră (soluțiile repelente împotriva insectelor specifice hainelor, nu ar trebui să fie utilizate pe piele) și utilizați îmbrăcăminte de protecție, cum ar fi pantalonii lungi și cizmele, când vă aventurați într-o zonă unde este foarte probabil să existe căpușe.

În zonele în care Encefalitele de căpușă sunt endemice, se recomandă, de asemenea, vaccinarea împotriva Encefalitelor de căpușă. Vă rugăm să rețineți că, vaccinul împotriva Encefalitelor de căpușă nu oferă protecție împotriva altor boli transmise prin căpușă. Solicitați medicului dumneavoastră mai multe informații.

**Îndepărtarea precoce și corectă a căpușelor este întotdeauna importantă.** Riscul de infecție scade dacă îndepărtarea căpușelor se face cât mai repede.

Traducere realizată de:

Institutul Național de Sănătate Publică, Centrul Regional de Sănătate Publică Timișoara.

Contact: Secția de Evaluarea și Promovarea Sănătății [seps.timisoara@insp.gov.ro](mailto:seps.timisoara@insp.gov.ro)