**Как уберечься от укусов клещей?**

* Находясь в лесу, где можно встретить клещей, защищайте себя от заползания их под одежду и присасывания к телу.
* При отсутствии специальной одежды необходимо одеваться таким образом, чтобы облегчить быстрый осмотр для обнаружения клещей: носить однотонную и светлую одежду; лучше надеть спортивную куртку на молнии с манжетами на рукавах, рубашку заправить в брюки, брюки – в носки или сапоги, голову повязать платком или надеть плотно прилегающую шапочку; ворот рубашки и брюки должны не иметь застежки или иметь плотную застежку, под которую не может проползти клещ;
* Находясь в лесу, проводите само- и взаимоосмотры не реже 1 раза в 2 часа, поверхностные осмотры следует проводить каждые 10–15 минут.
* На опасной территории нельзя садиться или ложиться на траву. Стоянки и ночёвки в лесу предпочтительно устраивать на участках, лишённых травяной растительности.
* Перед ночёвкой следует тщательно осмотреть одежду, тело, волосы.
* Не заносите в помещения свежесорванные травы, ветки, на которых могут находиться клещи.
* Осматривайте собак и других животных после прогулок для удаления с них прицепившихся и присосавшихся клещей.
* Если планируете на следующий год поездку в район, где регистрировались случаи клещевого энцефалита, обратитесь в лечебное учреждение по месту жительства для проведения вакцинации.
* Примененяйте специальные химические средства индивидуальной защиты от клещей.