



# UWAŻAJ NA KLESZCZE

## JAK UNIKNĄĆ UKŁUĆ PRZEZ KLESZCZE?



Unikaj zalesionych  
i trawiastych  
obszarów



Stosuj na skórę  
i ubranie środki  
odstraszające kleszcze



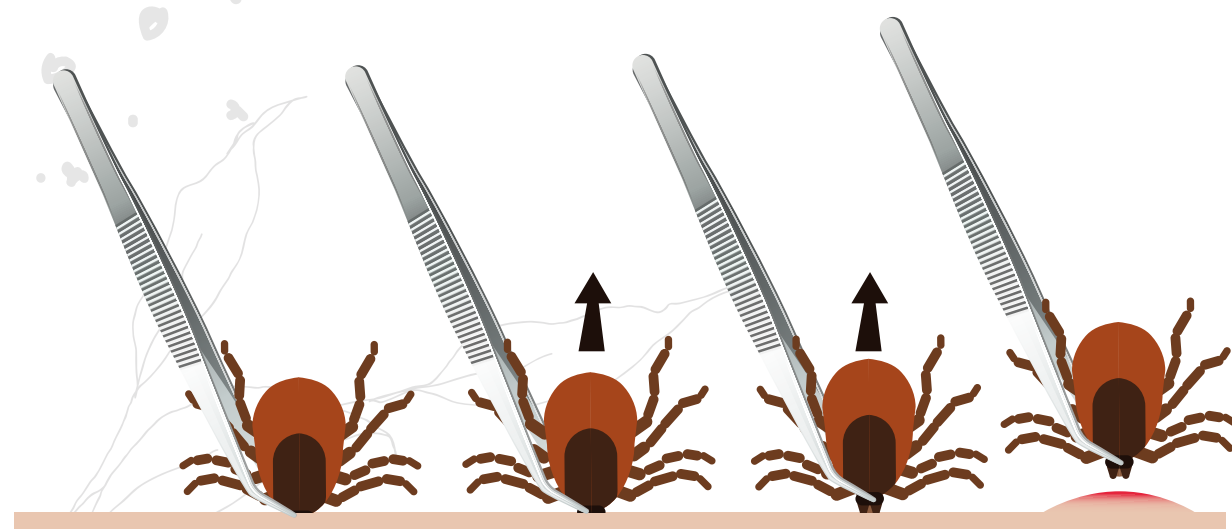
Noś strój zakrywający  
nogi i ręce, buty za kostkę,  
czapkę



Sprawdzaj  
swoje ciało

## JEŚLI MIMO TO, DOJDZIE DO UKŁUCIA PRZEZ KLESZCZA...

**Pamiętaj,  
szybkie usunięcie kleszcza zapobiega  
zakażeniom! Zrób to prawidłowo:**



Gdy w okresie kilku dni, tygodni po pobycie  
na terenach występowania kleszczy zaobserwujesz  
u siebie:

- zmiany na skórze (rumień, strup, wysypkę),
  - gorączkę,
  - bóle głowy,
  - niesymetryczne bóle stawów,
  - kołatanie serca,
- zgłoś się do lekarza.**

**Jeśli jesteś w wieku aktywności zawodowej, to w ramach  
Pilotażowego programu profilaktyki chorób odkleszczowych  
możesz wykonać bezpłatnie badanie w kierunku boreliozy z Lyme  
(test ELISA i Western-blot) – najczęściej występującej choroby odkleszczowej.**

**LISTA PLACÓWEK udzielających świadczeń  
na stronie [odkleszczowe.pzh.gov.pl](http://odkleszczowe.pzh.gov.pl)**

