

## Broșură pentru călători

### Informații pentru călători despre bolile transmise prin căpușe

#### Căpușele pot transmite boli

Căpușele sunt foarte mici și se hrănesc cu sângele mamiferelor, reptilelor sau păsărilor. Când se alimentează, pot prelua bacterii sau virusuri existente natural în aceste animale. De asemenea, căpușele pot mușca oamenii care pătrund în mediul în care ele trăiesc.

Deși mușcăturile de căpușe nu sunt periculoase, există riscul de transmitere a unor infecții sanguine, în momentul în care se hrănesc. Acest lucru poate genera boli umane.

În Europa, bolile transmise prin căpușă includ:

- Encefalita de căpușă
- Borrelioza Lyme
- Febra recurentă de căpușă
- Febra hemoragică de Crimeea-Congo
- Febra pătată mediteraneană
- Anaplasmoza.

Aceste boli apar în diferite regiuni unde există căpușe infectate.

Căpușele pot fi la fel de mici ca o gămălie de ac sau destul de mari (cam de mărimea unei radiere de creion).

Adulți: 7 - 15 mm

Nimfe: 2 - 3,5 mm

Larve: 0,5 – 1 mm

*Ilustrarea este orientativă. Dimensiunile pot varia de la 0,5 la 15 mm, în funcție de specia căpușei.*

[Autoritatea națională inseră informații locale/naționale/internaționale relevante, cum ar fi zonele de risc, statistici, hartă etc]

#### Despre boli: simptome și tratamente

Vă rugăm să vă adresați medicului dumneavoastră, dacă aveți oricare dintre simptomele de mai jos.

- > Simptomele borreliozei Lyme apar de obicei în 30 de zile după mușcătură:
  - Eritem cutanat sub formă de inel în jurul mușcăturii
  - Simptome asemănătoare gripei cum ar fi febră, oboseală, dureri de cap

Majoritatea cazurilor de borrelioză Lyme pot fi tratate cu succes cu antibioterapie timp de câteva săptămâni. Cu toate acestea, dacă este lăsată netratată, boala poate afecta inima, articulațiile și sistemul nervos.

> Simptomele febrei recurente de căpușă apar de obicei în 3 săptămâni după mușcătură:

- Episoade recurente de febră
- Adesea însoțite de dureri de cap, musculare, articulare, greață

Numărul recăderilor este foarte variabil, iar intervalul dintre episoadele febrile poate fi cuprins între 4 și 14 zile. Tratamentul recomandat este de tip antibiotic (tetraciclină sau doxiciclină). Decesul survine foarte rar.

> Simptomele encefalitei de căpușă apar de obicei în 4 săptămâni după mușcătură:

- Febră, oboseală, dureri de cap, dureri musculare și greață

Faza ulterioară a bolii implică sistemul neurologic, cu simptome asemănătoare meningitei și necesită spitalizare.

În prezent nu există tratament pentru encefalita de căpușă. Deși decesele sunt rare, există un risc semnificativ pentru efecte neurologice pe termen lung. Vaccinarea și asigurarea măsurilor de protecție împotriva căpușelor sunt foarte importante, în caz de călătorie într-o zonă endemică.

> Simptomele inițiale ale febrei hemoragice de Crimeea-Congo apar în 2 săptămâni după mușcătură:

- Febră, dureri musculare, amețeli
- Dureri abdominale și vărsături
- Sângerări.

În prezent nu există tratament eficient pentru febra hemoragică de Crimeea-Congo, care poate fi fatală, deci se impun măsuri de protecție, atunci când se vizitează zonele endemice.

Pentru mai multe informații despre distribuția căpușelor în Europa: [www.tickmaps.ecdc.europa.eu](http://www.tickmaps.ecdc.europa.eu)

[Numele și detaliile de contact ale autorităților medicale]

Pentru mai multe informații despre bolile transmise prin căpușă, vă rugăm să consultați site-ul ECDC [www.ecdc.europa.eu](http://www.ecdc.europa.eu)

### **Fiți conștienți de riscul mușcăturilor de căpușă**

Căpușele pot fi găsite atât în zone rurale cât și în cele urbane, inclusiv în multe destinații frecventate pentru activități în aer liber și turism.

Persoanele care vizitează zonele rurale prezintă cele mai mari riscuri asociate cu mușcătura de căpușă, dar ele pot să apară, de asemenea, în sporturile de aer liber, parcuri și grădini. Există un risc mai mare atunci când desfășurați activități în aer liber, cum ar fi camparea, drumețiile, ciclismul, alpinismul, pescuitul sau vânătoarea.

Dacă vizitați o zonă în care căpușele sunt prezente, asigurați-vă că știți cum să preveniți și să verificați existența mușcăturilor de căpușă.

### **Măsuri preventive**

Encefalita de căpușă poate fi prevenită prin vaccinare. Vaccinarea se recomandă acelor călători care intenționează să viziteze zone rurale din regiuni endemice sau care intenționează să campeze în aceste zone.

Vă rugăm să vă consultați cu medicul d-voastră pentru a afla mai multe informații, cu cel puțin o lună înainte de călătorie și fiți conștienți de faptul că sunt necesare mai multe doze pentru ca vaccinul să fie eficient. De asemenea, trebuie să știți că acest vaccin nu vă va proteja și împotriva altor boli transmise prin căpușă.

La celelalte boli transmise prin căpușă, care nu pot fi prevenite prin vaccinare, este important să vă protejați împotriva mușcăturilor de căpușă.

## EVITAȚI SAU MICȘORAȚI EXPUNEREA LA MUȘCĂTURILE DE CĂPUȘĂ

- Folosiți repelenți pe tegumente sau haine (repelenții destinați pentru îmbrăcăminte nu trebuie folosiți pe tegument)
- Păstrați-vă brațele și picioarele acoperite cu mâneci lungi, pantaloni lungi, cizme și, cu pantalonii introduși în șosete
- Utilizați îmbrăcăminte și pături pentru picnic de culoare deschisă, care facilitează depistarea căpușelor
- Dacă ați fost în aer liber, îndepărtați-vă apoi hainele și expuneți-le la lumina soarelui sau spălați-le
- Utilizați foi de cort când dormiți pe sol sau campați
- Mergeți pe mijlocul cărării și evitați "periajul" vegetației din jur.

### *Imagine:*

*Tricou cu mâneci lungi*

*Repelent pe haine și tegument*

*Pantaloni lungi*

*Pantaloni introduși în șosete*

## ÎNDEPĂRTAREA TIMPURIE ȘI CORECTĂ A CĂPUȘELOR

Pentru unele boli, riscul de infecție este mai mic, prin depistarea și îndepărtarea rapidă a căpușei.

Cum căpușele sunt foarte mici și mușcătura lor de obicei nu doare, pot fi cu ușurință nebăgate în seamă. Deci, este important să vă verificați cu atenție propriul corp și al copiilor d-voastră, precum și hainele și animalele de companie, după ce ați vizitat locuri în care căpușele pot fi prezente.

> Verificați-vă întreg corpul, cu atenție deosebită pentru axile, abdomen, picioare, ombilic, gât și cap. La copii, căpușele sunt adesea găsite pe linia părului, în spatele urechilor, în culele tegumentare de pe gât sau pe scalp.

Mușcătura de căpușă arată de obicei ca un mic pistrui închis la culoare, cu o crustă ce nu poate fi îndepărtată.

> 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, să strângeți corpul căpușei sau să rămână rostrul în plagă. Nu strângeți corpul căpușei și nu aplicați căldură sau orice substanță pe ea, deoarece acest lucru poate cauza golirea conținutului stomacal în plagă, ceea ce provoacă infecții.

> Folosind încă penseta, înveliți căpușa în hârtie igienică și aruncați-o în toaletă. În cele din urmă, spălați plaga cu apă caldă și săpun și aplicați un antiseptic, cum ar fi alcoolul sau tinctura de iod.

> După ce căpușa a fost îndepărtată, o mică parte din orificiul bucal poate rămâne în plagă. Acest lucru nu este periculos și va dispărea după câteva zile. Totuși, dacă leziunea nu începe să se vindece după câteva zile, acest lucru poate indica o infecție (rar) și ar trebui să fiți consultat de un cadru medical.

Marcați data mușcăturii de căpușă în calendar și fiți atenți la simptomele bolilor transmise prin căpuse, în perioada următoare. **Asigurați-vă că medicul d-voastră este informat cu privire la data și localizarea mușcăturii, în cazul în care vă îmbolnăviți în termen de o lună.**

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)