

ERKĖS, JŲ PLATINAMAS LIGAS BEI APSISAUGOJIMO BŪDAI

Erkės (lot. *Ixodes ricinus*)



Sandara

- Erkės priklauso voragyvių klasei.
- Dydis kinta nuo 0,5-20 mm.
- Kūnas plokščias, sudarytas iš galvavrūtinės, galūnių ir burnos aparato.
- Voragyviai visada turi 4 poras vaikščiojamųjų kojų.
- Vidutiniškai erkės gyvena nuo trijų iki šešerių metų.
- Erkės maitinasi tik krauju.

- Žarnose arba seilių liaukose erkės gali turėti bakterijų arba virusų, kuriuos, siurbdamos kraują, perneša į aukas.
- Erkės neturi regos organų, todėl auką atpažįsta iš kvapo, sklaidžiamos šilumos, kūno drėgnumo bei vibracijų.
- Erkės aktyviausios, kai oro temperatūra apie +20°C, o aplinkos drėgmė – 90-95 %.

Erkių gyvenamoji aplinka

Erkės mėgsta drėgmę ir šilumą. Dažniausiai jos renkasi drėgnas vietas ir prieblandą, todėl dažniau aptinkamos tankiame lapuočių miško jaunuolyne, miško proskynose, krūmuose, aukštoje žolėje, kur jos randa laukinių gyvūnų – nuolatinių jų maitintojų ir šeiminkų – ežių, pelių, paukščių. Kad geriau pasiektų savo auką erkės įkopia į žolę ar krūmus. Suaugusi erkė gali įkopti iki 1,5 metro. Aktyvi erkė aukos paprastai tyko ant žolės stiebelio apie 10–20 cm aukščiau žemės paviršiaus. Erkės ypač aktyvios vasarą po lietingos dienos. Lietuvoje erkių sezonas paprastai trunka nuo balandžio iki rugsėjo mėnesio galo, bet esant švelniai žiemai jis gali pailgėti. Vidutinė temperatūra, kuriai esant erkė išlieka aktyvi, yra +5°C. Šaltuoju periodu erkės nėra tokios aktyvios. Žiemą jos pasislepia lapijoje po sniegu. Tolimų nuotolių erkės įveikti negali. Nustatyta, kad erkėms energijos pakanka įveikti tik vieną metrą. Po pasaulį erkės keliauja kitais būdais, susijusiais su jų maitintojais: žmonėmis, gyvūnais. Paukščiai – natūrali erkių migracijos „priemonė“, padedanti joms įveikti ilgas distancijas.

Erkės vystymosi ciklas

Erkės vystymosi etapai yra šie: kiaušinėlis, lerva, nimfa ir suaugusi erkė. Kiekvienoje

vystymosi stadijoje erkėms būdinga vienkartinė mityba, kraują ji siurbia nuo poros dienų iki savaitės. Po to erkė gali peržiemoti ir vystytis į naują stadiją.

Pradinėje vystymosi stadijoje erkės savo aukomis pasirenka mažus gyvūnus: peles, ežius, juoduosius strazdus, voveres, lapės. Erkės lerva yra apie 0,2 mm dydžio ir plika akimi vos atpažįstama. Nimfa yra belytė, maždaug dvigubai didesnė nei lerva. Ji turi aštuonias kojas, o jos kūnelis yra kietesnis nei lervos. Nimfos ypatingai dažnai įsisiurbia žmonėms. Būtent erkių nimfos yra pagrindinės Laimo ligos sukėlėjos – boreliozės – platintojos. Jų įsisiurbimai dažnai lieka nepastebėti. Jos greičiau nei suaugusiosios erkės užkrečia Laimo liga. Suaugusi neprisisiurbusi erkė yra maždaug 2–4 milimetrų dydžio.

Kaip erkė orientuojasi?

Europinės miško erkės, gyvenančios Lietuvoje, akių neturi. Joms orientotis erdvėje ir pajusti auką padeda specialus organas, esantis ant priekinės erkių kojų poros. Šis jutimo organas vadinamas Helerio aparatu. Savo aukas erkės atskiria iš kvapo bei skleidžiamos kūno šilumos.

Erkė tūno žolėje laukdama grobio. Aukai einant pro šalį ir pajudinus žolės stiebelį, erkė, pajutusi tai savo jutimo organais, užropoja ant grobio ir stipriai įsikimba į odą ar drabužius ant kojų esančiais kabliukais. Tai trunka vos akimirka. Ropodama žmogaus kūnu erkė ieško minkštos ir švelnios odos, kur gausu kraujagyslių, kad būtų lengviau įsisiurbti ir maitintis. Kol kas konkrečiai neaišku, kodėl erkės įsisiurbia į vieną ar kitą žmogų bei gyvūną. Manoma, kad jas suvilioja kažkokios nežinomos medžiagos, esančios prakaitė, kurių kvapas erkėms itin patrauklus.

Erkės kūno sandara

Erkės kūną sudaro pilvelis, straubliukas ir galūnės. Kūnas yra kiaušinio, maišo formos ar pailgas. Erkės turi keturias poras kojų, kurios baigiasi nageliais. Pirmoji kojų pora yra labai svarbi, nes ant jos yra erkės jutimo organai. Erkės turi ypač gerai išvystytą siurbimo aparatą. Kvėpavimo organai yra už paskutinės kojų poros, o lyties organai – po pilvu. Straubliuku erkė pradreskia aukos odą ir ieško duobutės audinyje, kur gausu kraujagyslių, kad čiulpimo organais galėtų lengvai siurbti. Prieš pradėdama siurbti kraują erkė suvilgo žaizdelę savo seilėmis, kuriose yra nuskausminančių, kraujo krešėjimą stabdančių bei „cementinį kamštį“ formuojančių medžiagų. Jei erkė užkrėsta erkinio encefalito virusu, šis virusas taip pat yra erkės seilėse. Žmogus dažniausiai iškart nepajunta erkės įsisiurbimo, nes jis yra neskausmingas. Kraujo siurbimo metu erkės virškinimo organai skysčio pervirši grąžina atgal į žaizdą. Šis procesas kartoja visą siurbimo laiką. Jei erkė yra užsikrėtusi, taip ji gali perduoti ligos sukėlėjus, esančius erkės žarnyne. Prisisiurbusi kraujo erkė sveria 200 kartų daugiau nei alkana. Virškindama kraują erkė pasilieka tik maistingąsias medžiagas, kurios yra pagrindinės sudedamosios kraujo dalys, o skysčio perviršius visada grąžinamas jos maitintojui. Tokiu būdu Laimo ligos sukėlėja borelija gali patekti iš erkės organizmo į aukos kraują.

Ką daryti įkandus erkei ?

Aptikus erkę reikia ją kuo greičiau ištraukti. Nepastebėjus jos išlieka pavojus, kad erkė per žaizdą „išvirkš“ jums virusą. Pasistenkite nespusti erkės kūnelio ir netepkite jo riebalais. Pincetu pamėginkite sučiupti erkę kaip galima arčiau galvos. Pašalinkite ją truktelėdami atgal. Erkės straubliukas susideda iš mažų kabliukų girliandos, todėl traukiant erkę nesukiokite jos į kairę ar dešinę.

Apiplaukite žaizdelę vandenių su muilu ar dezinfekuokite. Jeigu nepavyko pilnai pašalinti erkės ir liko galvutė, nedraskykite. Galvutę kaip svetimkūnį organizmas pašalins pats. Jeigu erkės įkandimo vietoje atsiranda paraudimas, blogai jaučiatės, nedelsdami kreipkitės į gydytoją. Rekomenduojama pas gydytoją apsilankyti profilaktiškai jeigu jūs esate nepasiskiepijęs nuo erkinio encefalito.

Kaip apsisaugoti nuo erkių?

Nėra vienintelio patikimo būdo padedančio apsisaugoti nuo erkių. Tačiau galima kai ką padaryti, kad jų išvengtume. Atkreipkite dėmesį į aprangą. Dėvėkite uždarus drabužius ilgomis rankovėmis, taip pat ilgas kelnes, kurias svarbu susikišti į puskojines. Iškylai į gamtą pasirinkite šviesesnius drabužius, nes tada lengviau erkę pastebėsite ir išvengsite jos įkandimo. Kol erkė suranda, kur jai įsisiurbti, gali praeiti tam tikras laiko tarpas, kartais trunkantis net iki valandos. Erkės pirmiausia ieško tinkamos vietos įsisiurbimui ir ilgai ropoja išilgai kūno. Jos ieško švelnios odos, todėl gali ropoti ant rankų, kojų, ypač pakinkliuose, ant kaklo ar galvos plaukuotoje dalyje. Po iškylos gamtoje būtina rūpestingai apžiūrėti kūną. Ieškant prilipusių ir ropinėjančių erkių patariama gerai išsišukuoti plaukus, nusiprausti po dušu, persirengti kitais rūbais. Vilkėtus rūbus reikėtų pakabinti negyvenamoje patalpoje ar saulėtoje vietoje. Iškylaudami gamtoje venkite pamiškių ir aukštos žolės, naudokite erkes atbaidančias priemones, nors tai gelbsti tik trumpam laikui.

Kadangi nėra patikimo apsaugos nuo erkių būdo, reikia imtis priemonių, padedančių išvengti erkių sukeltamų ligų. Vienintelė patikima profilaktikos priemonė – skiepai nuo erkinio encefalito.

Kadangi specifinio erkinio encefalito gydymo nėra, apsisaugoti nuo šios ligos ir jos pasekmių galima tik skiepijantis. Nuo erkinio encefalito reikėtų pasiskiepyti visiems, nes Lietuva priklauso padidėjusio pavojaus susirgti erkiniu encefalitu zonai. Be to, šios ligos gydymas ir rehabilitacija kainuoja dešimteriopai brangiau nei skiepai. Visas vakcinacijos kursas susideda iš trijų injekcijų. Šaltuoju metų laikotarpiu pirmosios dvi dozės suleidžiamos išlaikant vieno – trijų mėnesių tarpą, trečia – praėjus 9-12 mėnesių po antrosios injekcijos. Skiepijant šiltuoju metų laikotarpiu antrą vakcinos dozę rekomenduojama suleisti praėjus 2 savaitėms po pirmosios, trečią – 9-12 mėnesių po antrosios dozės. Rekomenduojama skiepyti vaikus nuo vienerių metų amžiaus. Tačiau gydytojais paprastai neprieštarauja, jei tėvai nori paskiepyti jaunesnio amžiaus vaikus.

Būtinai turėtų pasiskiepyti dirbantieji endeminėse vietovėse, t.y. miškuose, parkuose, taip pat minėtųjų vietovių nuolatiniai gyventojai ir vasarotojai. Skiepytis patartina ir keliaujant į endemines teritorijas – šalis, kuriose EE virusas yra paplitęs: Rusiją, Latviją, Estiją, Austriją, Vokietiją, Lenkiją, Čekiją, Slovėniją, Slovakiją, Švediją, Suomiją ir kt. Susiraskite daugiau informacijos apie šalį, kurioje ketinate lankytis.

Erkinis encefalitas ar Laimo liga?

Erkinio encefalito pirmieji požymiai dažniausiai pasireiškia praėjus 2-3 savaitėms po užsikrėtusios erkės įsisiurbimo. Pradžioje juntami panašūs į gripo simptomus: galvos skausmas, nedidelis karščiavimas ir raumenų skausmai. Šie simptomai trunka apie savaitę. Po pirmosios ligos fazės ligonis pasijunta geriau ir tariamai pasveiksta. Po to maždaug trečdaliui užsikrėtusiųjų išsivysto antroji ligos stadija – nervų sistemos pažeidimai.

Migruojanti, besiplečianti raudona dėmė (eritema) – būdingiausias Laimo ligos simptomas, atsirandantis praėjus 1-4 savaitėms po erkės įsisiurbimo. Praėjus kelioms savaitėms ar mėnesiams po eritemos atsiradimo, vystosi neurologiniai ir širdies sutrikimai.

Efektyviausia erkinio encefalito profilaktikos priemonė – skiepai

Deja, kovojant su erkinio encefalito virusu, nėra jokio specifinio gydymo, todėl labai svarbu užkirsti kelią užsikrėtimui. Skiepai – efektyviausia erkinio encefalito profilaktikos priemonė. Vakcinacija ypač rekomenduojama žmonėms, kurie gyvena, dirba arba dažnai lankosi miškuose, parkuose, pievose. Svarbu žinoti, kad asmenys, kurių veikla susijusi su darbu gamtoje, nuo erkinio encefalito turi būti skiepijami darbdavio lėšomis.

Skiepijama išlaikant 1–3 mėn. intervalą tarp pirmosios ir antrosios vakcinacijos dozių, po kurių jau susidaro imunitetas, o trečia vakcinacijos dozė atliekama po metų (9-12 mėn.). Vėliau, norint palaikyti apsauginį imunitetą, reikia skiepytis kas 3-5 metus po vieną dozę.

Lyginant 2018 m. ir 2019 m. sausio–gegužės mėnesius, pastebimas skiepijimo erkinio encefalito vakcina apimčių padidėjimas – 2019 m. pirma vakcinacijos dozė Lietuvoje paskiepyta beveik 2 kartus daugiau asmenų.

Kitaip nei erkinio encefalito atveju, nuo Laimo ligos skiepų nėra, todėl šiuo atveju apsaugo bendrosios profilaktinės priemonės.

Kaip apsisaugoti nuo erkės įsisiurbimo?

- Būnant gamtoje reikėtų vengti pamiškių ir aukštų žolių pievų, o jei tai neišvengiama, reikėtų apsivilkti šviesiais, ilgomis rankovėmis drabužiais, kurių rankogaliai gerai priglustų prie riešo, kelnių apačia taip pat turėtų būti gerai prigludusi prie kūno.
- Galvą patartina apsirišti skarele arba užsidėti gerai priglundančią kepurę.

- Drabužius geriausia apdoroti cheminiais repelentais (erkės atbaidančiomis priemonėmis).
- Grįžus būtina nedelsiant apžiūrėti visą kūną, ypač paausius, kaklą, pažastis, kirkšnis, kojų ar rankų lenkimo linkius, kadangi erkės dažniausiai įsisiurbia šiose vietose.
- Taip pat patartina nusiprausti po dušu ir persirengti kitais rūbais, o vilkėtus drabužius pakabinti saulėtoje vietoje, nes sausame ore erkės išgyvena labai trumpai.

Jeigu erkė įsisiurbė...

Ją reikia kuo greičiau ištraukti, nespaudžiant erkės kūnelio ir netepant jo riebalais. Laimo ligos atveju, didžiausia rizika užsikrėsti yra tuomet, kai erkė išbūna įsisiurbusi 48 valandas, todėl svarbu ją kuo greičiau aptikti ir pašalinti: erkę reikia suimti pincetu kaip galima arčiau galvos ir pašalinti truktelint nuo savęs, nesukiojant į kairę ar į dešinę. Žaizdelę geriausia apiplauti vandeniu su muilu arba dezinfekuoti. Jeigu nepavyko pilnai pašalinti erkės ir liko galvutė, ją kaip svetimkūnį organizmas pašalins pats.

Ištrauktos erkės tirti laboratorijoje neverta, kadangi net ir užsikrėtusi erkė nebūtinai suspėjo perduoti ligą žmogui, o jei ir perdavė – efektyvių prevencinių priemonių galinčių padėti apsisaugoti nuo ligos jau įkandus erkei nėra. Todėl belieka tik stebėti savo sveikatą ir jeigu erkės įkandimo vietoje atsirado paraudimas ar pasireiškė bloga savijauta, nedelsiant kreiptis į gydytoją.

Svarbu žinoti!

Lietuvoje apie 14 procentų žmonių erkiniu encefalitu užsikrečia nuo infekuoto pieno, todėl patartina vartoti tik virintą karvių ir ožkų pieną bei termiškai apdorotus pieno produktus.

Informacija paruošė Vilniaus lopšelio-darželio „Paslaptis“ VSS Anželika Poteiko