

# Puugid varitsevad

Kevadiste koristuskampaaniatega ühinejatel ja teistel looduse nautlejatel tuleks enne metsa minekut esitada endale küsimus: kas ma olen puukide eest kaitstud?



**T**ervisekaitseinspeksioon tuletab meelde, et hõredates sega- ja lehtmetsades, metsaservadel ning puisniitudel või lihtsalt rohu sees varitsevad sooja saabudes puugid, kes ootavad võimalust haakida end võimaliku ohvri riiete või keha külge.

Puugid võivad levitada nii puukentsefaliidi kui ka puukborrelioosi tekitajaid. Mõlemat haigust kannavad edasi ainult nakatunud puugid. Viimaste osa looduses võib erinevatel aastatel olla erinev.

Entsefaliidi vastu saab end kaitsta vaktsineerimisega perearsti juures. Borrelioosist hoidumiseks tuleb kasutada erinevaid käepäraseid putukatõrjevahendeid.

## ENTSEFALIIDI EEST KAITSEVAD SÜSTID

Puukentsefaliidi täielik vaktsineerimine koosneb kolmest süstist. Kaks esimest tehakse 1–3-kuulise vaheajaga, kolmas kuni aasta hiljem. Pärast esimesi süste on immuunsus hea, kuid see kestab

ainult ühe hooaja. Kolmas süst pikendab immuunsust kolmeks aastaks. Ka hiljem tuleks iga 3–5 aasta tagant teha üks kordussüst.

Vaktsineerimist peab alustama varakevadel, kui puukide aktiivsus on väike. Aktiivseks muutuvad need putukad siis, kui ööpäevane temperatuur on vähemalt +7 kraadi.

Tähelepanu väärib, et entsefaliidivii-rusega võib nakatuda nii puugihammustuse kui ka piima kaudu, juhul kui kitsed või lehmad on haigestunud ning toiduks kasutatakse pastöriseerimata piima.

## BORRELIOOSI VÄLDIB ETTEVAATUS

Puukborrelioosi vastu vaktsiini ei ole, kasutusele tuleb võtta tavalised putukatõrje meetmed.

Looduses viibides annab lühiajalist kaitset puuke ja sääski peletavate ainete ehk repellentide pihustamine riitele. Repellente saab osta kauplustest ning sealt antakse kaasa ka kasutamiseõpetus.

## Metsa minnes:

- kandke heledaid riideid, kust putukad kergemini silma hakkavad;
- püksisääred toppige sokkide või kummikute sisse;
- pärast puugiohtlikus piirkonnas viibimist kontrollige kogu keha, lastel hoolikalt ka kõrvataguseid.

## Kui puuk on hammustanud:

- katsuge ta võimalikult kiiresti nahalt eemaldada – nakatunud puugi puhul on olulised ka paar tundi;
- võtke putukast kinni võimalikult pea lähedalt;
- ärge haarake väga kõvasti, hoiduge tema tagakeha pigistamisest;
- võimalusel kasutage peenikesi pintsette (müügil on ka eriline puugieemaldamise vahend), sikutage ettevaatlikult;
- peske hammustuskohta vee ja seebi või desinfitseeriva vahendiga.

Kui puugi eemaldamine ei õnnestu, pöörduge abi saamiseks arsti poole.

Kui inimest on hammustanud nakatunud puuk, ilmnevad 1–2 nädala pärast gripitaolised nähud: kerge palavik koos pea- ja lihasevaludega. Vaevused kestavad nädala, seejärel saab enamik inimesi terveks. Ent kolmandikul nakatunutest võib viirus edasi tungida ajju ja ajukelmestesse, põhjustades ajukelmepõletiku. Haigus ägeneb, tekivad kõrge palavik, tugev peavalu, kuklakangestus, oksendamine, uimasus. Selliste tunnuste ilmnemisel tuleb kohe minna arsti juurde!

2007. aastal registreeriti Eestis 140 entsefaliidi ja 721 borrelioosi juhtu. (2006 – 171 entsefaliiti ja 482 borrelioosi) Käesoleval aastal on registreeritud 120 borrelioosi juhtu.

IIRIS SALURI,  
Tervisekaitseinspeksiooni avalike  
suhete juht

