

Sfaturi pentru persoanele expuse la risc profesional pentru Boala Lyme (borelioză), transmisă prin înțepătura de căpușă

Profesii la risc:

Toți lucrătorii în aer liber, împreună cu coordonatorul lor, ar trebui să-și verifice cunoștințele cu privire la posibila lor expunere la boala Lyme. Sunt supuse riscului de îmbolnăvire următoarele categorii de lucrători în aer liber:

- constructori;
- grădinari;
- silvicultori;
- lucrători în amenajarea spațiilor verzi;
- topografi;
- agricultori;
- lucrători cai ferate;
- lucrători în exploatarea gazelor naturale;
- electricieni lucrători la înălțime;
- lucrători în administrația parcurilor sau pădurilor;
- alți lucrători în aer liber.

Măsuri de prevenire recomandate angajatorilor:

Angajatorii ar trebui să își protejeze lucrătorii în aer liber, adoptând următoarele măsuri:

- Promovarea cursurilor de instruire adresate lucrătorilor, care să includă informații cu privire la:
 - modalitatea de răspandire a bolii Lyme;
 - riscurile la expunere și infecție;
 - modalitățile prin care lucrătorii se pot proteja împotriva mușcăturii de căpușă;
 - importanța raportării în timp util a bolii și a leziunilor apărute la locul de muncă.
- Este recomandat ca lucrătorii să poarte îmbrăcăminte de culoare deschisă, bluze cu manecă lungă, pantaloni lungi, șosete și pălărie, atunci când este posibil.
 - în cazul în care lucrătorii sunt echipați cu uniforme, acestea ar trebui să includă cămași cu mânecă lungă și pantaloni lungi.
- Dotarea lucrătorilor cu insectifuge (conținând 20% până la 30% DEET), pentru aplicarea acestora la nivelul pielii și a îmbrăcăminții, în vederea protejării lucrătorilor împotriva mușcăturii de căpușă.
- Dotarea lucrătorilor cu insecticide (cum ar fi permethrina) pentru o mai bună protecție. Permethrina omoară căpușele și se folosește numai pentru îmbrăcăminte (nu și la nivelul pielii).
- Se recomandă, pe cât posibil, evitarea desfășurării activității lucrătorilor în apropiere de păduri, arbuști, iarbă înaltă și frunze uscate.
- Dacă evitarea acestor locații nu este posibilă, adoptarea unor măsuri de protecție individuală prezintă o importanță deosebită. Dacă desfășurarea activității lucrătorilor va trebui să aibă loc în astfel de locații cu risc crescut de expunere, se vor impune următoarele măsuri având drept scop reducerea populației de căpuse:

- îndepărtarea frunzelor uscate;
- îndepărtarea, cosirea sau tăierea ierbii înalte;
- controlul rozătoarelor și a populațiilor de mamifere mici;
- descurajarea creșterii căprioarelor.

Recomandări pentru angajați:

Pentru a vă proteja împotriva mușcăturilor de căpușe ar trebui să adoptați următoarele măsuri preventive:

- Purtați pălărie și îmbrăcăminte deschisă la culoare, incluzând bluze cu mânecă lungă și pantaloni lungi, care să fie introduși în ghete sau șosete.
- Utilizați insectifuge care să vă confere protecție pe toată durata în care vă aflați în aer liber:
 - urmați instrucțiunile de folosire a insectifugelor;
 - aplicați la nivelul tegumentelor și a îmbrăcăminții insectifuge, care să conțină 20% până la 30% DEET;
 - reaplicați insectifugele de câte ori este necesar.
- Folosiți insecticide precum permethrina pentru o mai bună protecție:
 - în contact cu permethrina căpușele sunt distruse;
 - permethrina poate fi aplicată doar la nivelul îmbrăcăminții, nu și a pielii;
 - o singură aplicare de permethrină la nivelul pantalonilor și a pantofilor își menține eficacitatea de-a lungul mai multor spălări.
- Verificați-vă zilnic tegumentele și îmbrăcămintea în vederea depistării căpușelor. Căpușele tinere prezintă dimensiuni mici și pot să rămână nesesizate:
 - nu uitați să vă controlați părul, axilele și abdomenul pentru a depista eventualele căpușe;
 - îndepărtați imediat căpușele de la nivelul tegumentului, folosind pensete cu vârf subțire;
 - prindeți cu fermitate corpul căpușei în imediata apropiere a pielii;
 - îndepărtați corpul căpușei de la nivelul tegumentului printr-o mișcare fermă;
 - spălați suprafața cutanată cu apă și săpun;
 - îndepărtarea căpușelor infectate în decurs de până la 24 de ore reduce riscul dvs. de a vă contamina cu bacteria răspunzătoare pentru boala Lyme.
- Spălați și uscați îmbrăcămintea de servici în uscătoare la temperaturi ridicate (sau călcați) pentru a distruge căpușele.
- Învățați simptomele bolii Lyme.
- Dacă prezentați simptomele pentru boala Lyme solicitați imediat consult medical. Nu uitați să menționați furnizorului dumneavoastră de servicii medicale faptul că vă desfășurați activitatea în spațiu liber, unde este posibilă prezența căpușelor.

Simptomele bolii Lyme:

Boala Lyme se manifestă prin unul sau mai multe din următoarele simptome:

- eritemul cronic migrator (pată/pete cu aspectul unui ochi de bou, roșu, apărute la locul mușcăturii, care se extind pe corp);
- febră;
- dureri musculare și articulare;
- dureri de cap;



- frisoane;
- oboseală;
- inflamarea ganglionilor limfatici.

DSP Sibiu – Compartimentul Supraveghere Epidemiologică și Controlul Bolilor Transmisibile, (traducere după <http://www.cdc.gov/niosh/topics/lyme/>)