

## Înțepătura de țânțar, un adevărat pericol pentru sănătatea ta

Mâncărimea și umflătura de culoare roșie nu sunt singurele neplăceri pe care le poate cauza o înțepătură a țânțarilor.

**Există specii ale acestor insecte** care pot să transmită omului o serie de infecții.

Afecțiunile cauzate de țânțari se transmit prin intermediul sângelui; în timpul mușcăturii ei se pot hrăni cu sânge de la persoane bolnave și apoi transmit virusul mai departe.

**Țânțarii se pot deplasa pe distanțe** de câteva zeci de kilometri, ceea ce le permite să propage bolile. Cea mai periculoasă este înțepătura femelelor, deoarece ele sunt cele care îngerează sânge, pentru că au nevoie de proteine care să hrănească ouăle.

Astfel, pot să transmită ușor virusurile de la o persoană bolnavă la una sănătoasă, prin simpla înțepătură.

**Țânțarii pot transmite virusul West Nile.** Semnele infectării apar după o perioadă de 3-14 zile și se manifestă prin puternice dureri de cap, vărsături, greață, febră, frisoane, convulsii. Dacă ai fost în zone cu multi țânțari și suferi de unul sau mai multe dintre aceste simptome trebuie să mergi de urgență la medic. Lăsate netratate, aceste afecțiuni pot duce la complicații grave, până la deces.

**Virusul West Nile** poate să declanșeze **meningita și encefalita**.

### Ce faci dacă te-a înțepat un țânțar

Tratamentul înțepăturilor presupune curățarea zonei cu apă și săpun, cu mișcări delicate. Zona nu trebuie frecată, deoarece crește riscul de infecție. Aplicarea de loțiuni și creme cu efect calmant este, de asemenea, de ajutor.

Nu trebuie să te scarpini, căci acest lucru duce la umflarea zonei, care va deveni și mai iritată. Pentru reducerea inflamației sunt utile compresele cu apă rece sau aplicarea de pungi de gheață.

Cum țânțarii se pot afla peste tot (la tine acasă, la mare, la munte, în țările exotice în care mergi în concediu) măsurile de protecție sunt cele mai importante, ca să previi înțepăturile.

Dacă porți haine închise la culoare, care atrag căldura, ai un risc mai ridicat. Acest lucru se întâmplă deoarece țânțarii se simt atrași de cei cu o temperatură a corpului mai ridicată.

În cazul în care ai folosit o loțiune de corp, un parfum sau o cremă cu miros dulce vei deveni o pradă mai sigură pentru țânțari.

### Măsuri de prevenție

Îți poți da pe corp cu creme și soluții care țin aceste insecte departe. Sunt utile și uleiurile esențiale de lămâie, cele de levănțică sau de cimbru. Acestea mai sunt folosite și pentru aromoterapie, în locuință.

În spațiile închise poți folosi și pastile, spray și aparate special concepute pentru alungarea acestor insecte.

Cum țânțarii stau cel mai adesea în locurile mlăștinoase, unde sunt temperaturi calde și ape stătătoare, evită-le atunci când mergi în concediu.

Activitatea țânțarilor este mai intensă în zori și după apusul soarelui. În aceste momente ale zilei este absolut necesară utilizarea unui repelent și purtarea hainelor lungi, care să acopere corpul într-o proporție cât mai mare.

Atunci când ieși la o plimbare în parc sau în locuri unde sunt multi țânțari nu este suficient numai să te dai cu loțiuni și creme care țin la distanță insectele :**ai grijă să iei pe tine o pereche de pantaloni lungi și bluză cu manecă lungă.**

Pentru evitarea pătrunderii țânțarilor în casă se recomandă montarea de plase speciale la ferestre.

Când vă aflați afară, acoperiți căruciorul copilului cu plasă de țânțari.

Asigurați eliminarea apei stătătoare, în cazul în care țânțarii se reproduc acolo. Goliți piscinele neutilizate.

Schimbați regulat apa din locurile unde păsările fac baie.

Îndepărtați containerele neutilizate care ar putea să mențină apă și să servească drept loc de înmulțire pentru țânțari.

### Factori de risc

Cele mai multe cazuri de virus **West Nile** au loc în perioada iunie- septembrie.

### Risc de infecție gravă

Chiar dacă sunteți infectat, riscul de a dezvolta o boală gravă a virusului **West Nile** este extrem de mic - mai puțin de 1% dintre persoanele infectate devin grav bolnave. Și cei mai mulți oameni care devin bolnave se recuperează pe deplin. Este mai probabil să dezvolți o infecție severă sau fatală bazată pe:**vârstă**. Fiind mai în vârstă vă supuneți unui risc mai mare.

**Anumite condiții medicale.** Anumite boli, cum ar fi cancerul, diabetul, hipertensiunea arterială și afecțiunile renale cresc riscul de infectare.