

PEŁNA INSTRUKCJA



# KLESZCZ: CO ZROBIĆ NATYCHMIAST PO UKĄSZENIU



Każdego roku tysiące osób w Polsce **zaraża się boreliozą** po ukąszeniu kleszcza.

- ✓ Pierwsza godzina po ukąszeniu
- ✓ Objawy alarmowe u dzieci i dorosłych
- ✓ System decyzji krok po kroku



4 STRONY



PROCEDURA  
60 MINUT



CHECKLISTA  
DO DRUKU

## NATYCHMIAST Po Ukąszeniu

TO NIE JEST ARTYKUŁ DO CZYTANIA — TO PROCEDURA DO WYKONANIA • PRZEJDŹ KROK PO KROKU

## Pierwsze 60 Minut — Krok Po Kroku

**MINUTA 0–5: Wyjmij kleszcza****Narzędzia (od najlepszego):**

1. Kleszczolapka z gwintem
2. Pęseta z cienkim końcem
3. W ostateczności: czyste paznokcie

**Procedura:**

- Chwyć kleszcza jak najbliżej skóry — nie ściskaj odwłoka
- Wyciągaj powoli, równomiernym ruchem do góry
- Kleszczolapką: delikatnie obracaj zgodnie z instrukcją
- Pęsetą: ciągnij prosto do góry, bez kręcenia

**Jeśli główka została w skórze:**

Nie panikuj — to nie jest nagły przypadek. Zdezynfekuj, obserwuj 48h. Jeśli zaczerwienienie/obrzęk/ból — idź do lekarza. Ciało często samo wyrzuci resztkę.

**MINUTA 5–10: Zabezpiecz dowody****1. Rozważ zachowanie kleszcza:**

- Szczelny pojemnik (słoiczek, woreczek strunowy), możesz dodać wilgotną watę
- Oznacz datą

**2. Dokumentacja:**

- Zdjęcie miejsca ukąszenia (z bliska + z kontekstem ciała)
- Zapisz: data, godzina, miejsce na ciele, okoliczności (las, ogród, zwierzę?)

**MINUTA 10–15: Dezynfekcja**

Użyj preparatu do dezynfekcji skóry (np. Octenisept, chlorheksydyna lub spirytus salicylowy).

**NIE UŻYWAJ niczego PRZED wyjęciem kleszcza. Dezynfekuj dopiero PO usunięciu.**

**MINUTA 15–60: Pierwsza obserwacja**

Sprawdź i zapisz — to będzie Twój punkt odniesienia:

- Czy jest zaczerwienienie? Jakiego rozmiaru?
- Czy jest obrzęk lub świąd?
- Zrób zdjęcie z linijką dla skali

## Objawy Alarmowe — Na Co Zwracać Uwagę

**Obserwuj miejsce ukąszenia i samopoczucie** przez najbliższe tygodnie. Poniższe objawy mogą pojawić się od kilku dni do nawet miesiąca po ukąszeniu.

### U dorosłych — reaguj, gdy zauważysz:

Objaw	Co może oznaczać
Czerwony pierścień wokół ukąszenia	Możliwy objaw boreliozy
Pierścień się powiększa (>5 cm)	Wymaga konsultacji lekarskiej
Gorączka powyżej 38°C	Możliwa infekcja
Silne bóle głowy + sztywność karku	Pilna konsultacja!
Bóle stawów (zwłaszcza kolan)	Możliwy objaw boreliozy
Nietypowe, przewlekłe zmęczenie	Wymaga diagnostyki

#### Ważne:

Rumień wędrujący (pierścień) pojawia się u większości, ale **nie u wszystkich** zakażonych. Brak pierścienia nie wyklucza infekcji.

### U dzieci — dodatkowa czujność

Wszystko powyżej, plus zwróć szczególną uwagę na:

Objaw u dziecka	Reakcja
Odmowa jedzenia + apatia	Konsultacja tego samego dnia
Ukąszenie w okolicy głowy/szyi	Szybsza konsultacja
Trudność z chodzeniem	Pilna konsultacja
Wysypka w innych miejscach	Pilna konsultacja

**Dzieci często nie potrafią opisać objawów. Obserwuj zachowanie: apatia, drażliwość, niechęć do ruchu.**

### Dla właścicieli psów i kotów

Jeśli kleszcz przeniósł się ze zwierzęcia na Ciebie — procedura jest identyczna. Sprawdź też dokładnie zwierzę: **uszy, szyja, pachy, pachwiny** to ulubione miejsca kleszczy.

## Kiedy do lekarza i jakie badania

### PILNA KONSULTACJA

Tego samego dnia

- Rumień wędrujący (czerwony pierścień/plama)
- Gorączka + ból głowy + sztywność karku
- Asymetria twarzy / problemy z mimiką

### W CIĄGU 1–2 DNI

Umów wizytę

- Główka kleszcza + narastające zaczerwienienie
- Ukąszenie w okolicy głowy/szyi
- Wiele ukąszeń jednocześnie
- Dziecko / ciąża / obniżona odporność

### GDY POJAWIĄ SIĘ OBJAWY

Monitoring

- Bóle stawów
- Przewlekłe zmęczenie
- Gorączka
- Jakiegokolwiek niepokojące objawy w ciągu tygodni

## Jakie badania i kiedy

### Ważne:

Nie rób badań krwi od razu po ukąszeniu. Przeciwciała pojawiają się dopiero po 2–6 tygodniach. Badanie zrobione zbyt wcześnie może być **falszywie ujemne**.

Kiedy	Co rozważyć
Dzień 0	Badania krwi nie mają sensu — zbyt wcześnie na przeciwciała
Tydzień 3–4	Anty-Borrelia IgM + IgG (jeśli objawy lub dla spokoju)
Tydzień 6–8	Powtórka jeśli pierwszy wynik ujemny, a objawy są

### Badanie kleszcza (opcjonalnie):

- Możliwe, jeśli zachowałeś kleszcza — wykrywa obecność patogenów
- Dodatni wynik u kleszcza ≠ pewne zakażenie u Ciebie
- Koszt: zazwyczaj 50–150 zł (prywatne laboratoria)
- Decyzja należy do Ciebie — nie jest to standardowa procedura

### Co powiedzieć lekarzowi

1. Data ukąszenia i lokalizacja na ciele
2. Czy kleszcz został wyjęty w całości
3. Szacunkowo: jak długo mógł żerować
4. Czy były objawy i jakie
5. Pokaż zdjęcia (jeśli robiłeś/aś)

# Checklista Do Wydrukowania

Wydrukuj tę stronę i wypełnij. Możesz zabrać ją do lekarza — lekarz doceni przygotowanego pacjenta.

## Dane ukąszenia

Data ukąszenia: \_\_\_\_\_

Godzina: \_\_\_\_\_

Miejsce na ciele: \_\_\_\_\_

Kleszcz wyjęty w całości:  TAK  NIE

Kleszcz zachowany:  TAK  NIE

## Dzień 1 (dziś)

- Kleszcz wyjęty prawidłowo
- Miejsce zdezynfekowane
- Zdjęcie zrobione (z linijką dla skali)
- Data, godzina i miejsce zapisane
- Kleszcz zachowany w pojemniku (opcjonalnie)

## Obserwacja (wypełniaj regularnie)

Dzień	Data	Zaczerwienienie	Pierścień	Gorączka	Inne objawy
1					
3					
7					
14					
21					
30					

## Sygnaly alarmowe (skontaktuj się z lekarzem)

- Czerwony pierścień lub plama wokół ukąszenia
- Gorączka powyżej 38°C
- Ból głowy + sztywność karku
- Bóle stawów
- Nietypowe, przewlekłe zmęczenie
- Problemy z mimiką twarzy

## Badania (jeśli objawy lub dla spokoju)

- Tydzień 3–4: Anty-Borrelia IgM + IgG
- Tydzień 6–8: Powtórka (jeśli pierwszy ujemny + objawy)

## Notatki

---

---

---