

4

Inne zagrożenia w sezonie letnim: kleszcze ...



Stanowi one zagrożenie dla osób pracujących na polu lub w lesie:

- po ciepłych zimach jest więcej kleszczy
- od marca do października: alarm kleszczowy
- żyją w wysokich trawach, krzakach i w pobliżu wody
- szukają delikatnego miejsca na skórze i mocno się wgryzają
- kleszcze mogą przenosić niebezpieczne choroby
- np. boreliozę lub wczesnoletnie zapalenie opon mózgowych



Jak unika zakażeń wywołanych przez kleszcze

Zwróć uwagę na następujące zasady:

- używaj repelentów dostępnych w aptekach
- noś długie spodnie i odzież z rękawami zakrywającymi skórę
- po pracy na polu lub w lesie sprawdzaj, czy do ubrania lub skóry nie przyczepił się kleszcz

Jeśli znajdziesz kleszcza na skórze:

- usuń go przy pomocy pęsety lub specjalnej karty
- później zdezynfekuj skórę
- zaznacz miejsce po ugryzieniu i je obserwuj
- jeśli zauważysz zaczerwienienie i obrzęk natychmiast skontaktuj się z lekarzem



5

Pyłki i alergeny w powietrzu!

Okres pylenia roślin trwa od grudnia do października

Ich wysokie stężenie może powodować

- katar sienny i ogólne złe samopoczucie
- podrażnienia oczu, nosa i skóry
- infekcje dróg oddechowych, duszność
- alergie pokarmowe

Jeśli zaobserwujesz takie objawy?

Doraźnie możesz przyjąć leki przeciwalergiczne w tabletkach lub w sprayu. Zgłoś się do lekarza!



6

Inne alergeny ...

Także rośliny (np. bylica) lub szkodniki (jak np. śmażka dębowa korowódka) mogą powodować objawy alergiczne u człowieka.

... i ozon

Długie okresy upałów i zanieczyszczenie powietrza prowadzi do podwyższonego stężenia ozonu. To również może prowadzić do podrażnienia dróg oddechowych i zagrażać zdrowiu.

Pamiętaj o tych zagrożeniach pracując na zewnątrz!



STOP RISIKO!

Pracujesz na zewnątrz?

Pamiętaj,

że podczas upałów może to być bardzo niebezpieczne!



WALCZ Z ZAGROŻENIEM, ZANIM ONO CI ZAGROZI!