

Sääsepininast tulvil suvi

Tänavune kevadsuvi jääb kindlasti meelde pöörase hulga sääskede poolest.

Lõuna-Eestis on need verdimevad kiusajad tunginud juba Tartu kesklinna. Õues viibimine kipub tähendama pidevat kätega vehkimist. Hullem veel, tundub, et tänavu on sääsetõrjevahendid kaotanud suure osa oma toimest.

Meie keskel on üksjagu palju neid, kellele sääsed suudavad märkimisväärselt rohkem kahju teha. Kergelt sügeleva kubla asemel tekib neil suur turse, punetus ja sügelemine, mis lihtsalt sunnib küüsi sisse lööma ning tagajärjeks on veritsev mädane haav. Allergiliste inimeste hulk suureneb üha. Mida siis teha, et öhtu lõkke ääres ei tähendaks nädalatepikkusi piinu rikutud välimuse pärast?

Kui sääsepunn on tekkinud, tegutse kohe

Eelkõige tasub küsitleda müüjaid. Kui nad oskavad rääkida ainult tavalistest sääsetõrjevahenditest, siis oleks mõistlik uurida matkajatelt, sest tundra suvi on sarnane meie erilise sääseküllusega tänavu. Vahendidki on tegelikult olemas, mis toimivad kauem kui 15 minutit.

Poes pakutavad sääsepeletamise küünlad ja spiraalid avaldavad toimet ainult tuulevaikse ilmaga. Sama toimeaine – sidrunheina õli, mis küünaldes, on pandud ka käevõru sisse ja kannab nimetust Mosquito-Band. Võimalik, et ühest jala- ja käevõrust jääb sääskede peletamiseks väheseks, kuid mõlema jala ja käe ümber sätitud võrud peaksid küll hoidma ära strateegiliste kohtade – hüpeliigete ja käte – ründamise. Sidrunheina õli baasil tehtud sääsepeletusvahenditel on üks humoorikas kõrvaltoime – koerad teie seltskonnaga liituda ei soovi, sest see lõhn tundub neile vastupandamatult vastik.

Kõik, kellel esineb allergilisi reaktsioone sääsepistetele, peaksid muretsema võtmehoidja külge Mosquito Clicki. See kaval vahend võtab ära sügeluse ja muudab reaktsiooni väikeseks. Klikkides punni kohal 3–5 korda, läbib naha pealisosa imepisi elektrimpulss, mis lõhub mürgi struktuuri, koos sellega väheneb turse ja sügelus. Mosquito Clicki saab edukalt kasutada kõikide putukahammustuste kohal tekkinud paiksete reaktsioonide vähendamiseks ja seda ka lastel alates kolmandast eluaastast.

Piinavat sügelust saab vähendada viinaga hõõrumisega, kuid toime on üsna lühiajaline. Ka vesiemulsioongeel Burnshield, mis on mõeldud küll põletuse esmaabiks, vähendab tunduvalt sääsepunni kihelust ning turset, kuid Mosquito Clickile jääb tema toime alla.

Apteegis on saadaval Cold Gel ratiopharm, mis vähendab sääsepunnide sügelust, leevendab valu, jahutab nahka. Geel ei kuivata nahka, see on värvainevaba. Sobib allergikutele ja tundlikele inimestele.

Aktiviseerunud puugid

Ka puugid on tänavu palju kurjemad kui eelmisel aastal ja neid on palju. Vaktsineerimiseks on paraku juba hilja. Immuunsus saabub sügisel ja seega on mõistlik ennast puukentsefaliidi vastu vaktsineerida veebruaris-märtsis.

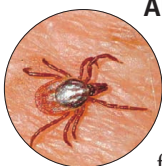
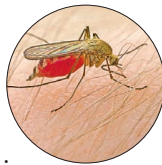
Lohutuseks võib siiski öelda, et mida lühemat aega puuk keha peal on, seda ebatõenäolisem on nakatumine, ning seni, kuni ta naha sisse pole keernud, on haigestumise risk üliväike.

Öhtul enne uinumist tuleb kõigil hoolikalt keha vaadelda. Tähelepanelikult tuleb uurida lapsi, sest nendel võivad puugid pugeda ebamugavatesse kohtadesse nagu nabauuk või mõni muu lohuke, kust hiljem nahka kinnitunud puugi eemaldamine võib olla üsna vaevaline. Usun, et kõik Eesti inimesed on nüüdseks juba nii targad ja puugile õli peale ei vala, et ta kiiremini välja tuleks. Kahtlemata hakkab lämbuv putukas nahast välja vingerdama, aga haigusetikitajad, mida ta enne naha alla eritab, suurendavad nakatumisriski tunduvalt.

Peamine on väljavõtmisel puuki mitte traumeerida. Seega sobivad vahendid, mis lükatakse vastu nahka nii, et saame pahategija kätte ilma teda puudutamata. Üks selline vahend on Skinocare. Pärast puugi eemaldamist tuleb nahk puhastada desinfitseeriva ainega või viinaga ja edasi kullipilguga 4–5 päeva jälgida. Kui tekib 5–10cm punetav ring ümber koha, kust puuk eemaldati, on õige aeg minna perearsti juurde, ja lühiajaline rohu võtmine lahendab suure mure – borrelioosi.

Kuid sõltumata pinisevate sääskede hordidest ja rohukõrrel rünnakuvalmis puukidest, on meil praegu ikka kõige ilusam aeg. Mõtleme siis helgeid mõtteid, teeme häid tegusid!

MARE LIIGER
MD, PhM



Liiges- ja lihasvaludele

Cold gel ratiopharm

150 ml

Vajad geeli kui:

- Liiges- ja lihasvalu
- Lihasspasmid
- Väsinud lihased pärast rasket tööd või sportlikku pingutust
- Väsinud ja turses jalad

ratiopharm

Värvainevaba. www.ratiopharm.ee

Küsi apteegist!