

Scenariusz lekcji na godzinę wychowawczą w programie Dbam o zdrowie

Temat lekcji: Kleszcze – groźne pasożyty naszego otoczenia

Cel ogólny:

- uczniowie zdobywają wiedzę na temat kleszczy
- uczniowie zdobywają wiedzę na temat ich zagrożeń, sposobów ochrony przed nimi oraz reagowania w przypadku ukąszenia

Cele szczegółowe:

- uczniowie potrafią rozpoznać kleszcza oraz wskazać miejsca, w których najczęściej występują
- uczniowie wiedzą, jakie choroby mogą być przenoszone przez kleszcze (np. borelioza, kleszczowe zapalenie mózgu)
- uczniowie potrafią zastosować środki zapobiegawcze w celu ochrony przed kleszczami
- uczniowie wiedzą jak prawidłowo usunąć kleszcza oraz wiedzą, jakie kroki podjąć po ukąszeniu

Metody pracy:

- wykład
- dyskusja
- prezentacja multimedialna
- film edukacyjny

Środki dydaktyczne:

- tablica, marker
- film edukacyjny o kleszczach

Przebieg lekcji:

1. Wstęp

- **Wprowadzenie do tematu**

Porozmawiamy o kleszczach, ich zagrożeniach oraz o tym, jak się przed nimi chronić i co robić w przypadku ukąszenia."

- **Pytanie do uczniów:**

"Czy ktoś z was miał kiedyś do czynienia z kleszczem? Jakie są wasze doświadczenia?"

(Po odpowiedziach uczniów można wprowadzić temat zagrożeń i prewencji).

2. Część realizacyjna

- Prezentacja multimedialna i film edukacyjny: Jak usunąć kleszcza?

<https://youtu.be/sB6EGXIXcok?si=KwJhd3vtBWRauepA>

- Zadanie dla uczniów.

Uczniowie w grupach wykonują kartę pracy pt. "Fakty i mity o kleszczach"

3. Część podsumowująca

Kleszcze są małymi, ale groźnymi pasożytami, które mogą przenosić poważne choroby.

Wiedza na temat ochrony przed nimi oraz sposobów reagowania w przypadku ukąszenia jest kluczowa dla zdrowia, zwłaszcza w okresach, gdy kleszcze są najbardziej aktywne (wiosną i latem). Zrozumienie prawdy o kleszczach i obalenie popularnych mitów jest kluczowe dla skutecznej ochrony przed nimi. Warto pamiętać, że kleszcze mogą przenosić groźne choroby, a odpowiednia prewencja, szybkie usuwanie kleszczy i monitorowanie zdrowia po ich ukąszeniu, to najskuteczniejsze sposoby unikania ryzyka.

Fakty i mity o kleszczach

Kleszcze są źródłem wielu nieporozumień i nieścisłości wśród ludzi. Istnieje wiele mitów na ich temat, które mogą prowadzić do błędnych przekonań na temat ochrony przed nimi, usuwania kleszczy czy chorób, które przenoszą. Warto więc poznać fakty, które pomogą w lepszym zrozumieniu tych pasożytów.

Fakty o kleszczach:

1. Kleszcze mogą przenosić poważne choroby

FAKT: Kleszcze są wektorami różnych poważnych chorób, takich jak borelioza (choroba z Lyme), kleszczowe zapalenie mózgu (KZM), anaplazmoza, babeszjoza czy riketsjozy. Chociaż nie każdy kleszcz przenosi choroby, to jednak w przypadku ich ukąszenia warto obserwować miejsce ukąszenia i zwrócić uwagę na objawy.

2. Kleszcze żywią się krwią, ale tylko dorosłe osobniki są w stanie przenosić choroby

FAKT: Kleszcze żywią się krwią, a w trakcie tego procesu mogą wprowadzać patogeny do organizmu ofiary. Jednak choroby są przenoszone przez dorosłe kleszcze (nymfy i larwy nie przenoszą jeszcze infekcji), dlatego najczęściej zakażenie następuje po ukąszeniu dorosłego osobnika.

3. Kleszcze są aktywne przez cały rok, ale najwięcej ich wiosną i latem

FAKT: Kleszcze są aktywne przez większość roku, ale ich największa aktywność przypada na wiosnę i lato, kiedy warunki atmosferyczne sprzyjają ich rozmnażaniu. W chłodniejszych miesiącach (jesienią i zimą) są mniej aktywne, ale mogą przetrwać w stanie uśpienia.

4. Kleszcze nie skaczą ani nie latają – czekają na ofiarę

FAKT: Kleszcze nie skaczą ani nie latają. Czekają na ofiarę, siedząc na liściach, trawie lub krzewach, a kiedy ofiara przechodzi obok, kleszcz wciąga ją na swoje odnóża i wchodzi w kontakt z jej skórą. To tzw. „czekanie na ofiarę” nazywane jest *questingiem*.

5. Po ukąszeniu kleszcza warto usunąć go jak najszybciej

FAKT: Im szybciej usuniemy kleszcza, tym mniejsze ryzyko przeniesienia chorób.

Zwykle najlepiej usunąć kleszcza w ciągu 24 godzin, ponieważ patogeny mogą zacząć przedostawać się do organizmu dopiero po dłuższym czasie przebywania kleszcza w skórze.

Mity o kleszczach:

1. **Mity: "Kleszcze żywią się tylko dzikimi zwierzętami, ludzi nie atakują"**

MIT: Kleszcze atakują zarówno dzikie zwierzęta, jak i ludzi. W rzeczywistości, kleszcze są często spotykane na ludziach, zwłaszcza podczas aktywności na świeżym powietrzu (np. w lesie, na łąkach, w parkach).

2. **Mit: "Kleszcze przenoszą choroby od razu po ukąszeniu"**

MIT: Chociaż kleszcze mogą przenosić choroby, nie dzieje się to natychmiast. Patogeny, takie jak bakterie odpowiedzialne za boreliozę, nie są przekazywane od razu po ukąszeniu, lecz dopiero po kilku godzinach lub nawet dniach, gdy kleszcz pobiera krew. Dlatego im szybciej usuniemy kleszcza, tym mniejsze ryzyko zakażenia.

3. **Mit: "Kleszcz może żyć tylko przez kilka godzin w ciele człowieka"**

MIT: Kleszcze mogą żyć na skórze człowieka przez kilka dni, jeśli nie zostaną usunięte. Czas ten zależy od rodzaju kleszcza oraz od tego, jak długo utrzymuje się na skórze. W niektórych przypadkach kleszcz może żywić się przez kilka dni, zanim zostanie zauważony.

4. **Mit: "Kleszcze można odstraszyć za pomocą silnych zapachów, np. czosnku lub olejków eterycznych"**

MIT: Choć istnieją różne naturalne środki, które mogą częściowo odstraszać kleszcze (np. olejek cytronelowy), nie ma żadnych naukowych dowodów na to, że domowe sposoby, takie jak czosnek, skutecznie chronią przed ukąszeniami kleszczy. Najlepszym sposobem ochrony są środki chemiczne zawierające DEET lub permetrynę oraz odpowiednia odzież.

5. **Mit: "Kleszcze tylko w lecie – zimą są nieszkodliwe"**

MIT: Chociaż kleszcze są mniej aktywne w chłodniejszych miesiącach, mogą przetrwać zimę w stanie uśpienia lub w ochronnych miejscach, np. w liściach lub ściółce. Zatem w okresach łagodnych zim w niektórych regionach kleszcze mogą być

aktywne, zwłaszcza jeśli temperatura przekracza 4°C. Istnieją także gatunki kleszczy, które przetrwają w mroźniejszych warunkach.

1 . Definicja kleszcza:

Kleszcze to pasożytnicze stawonogi, które żywią się krwią zwierząt i ludzi. Często występują w lasach, parkach, łąkach i ogrodach.

2. Cechy charakterystyczne kleszczy:

- **Wielkość:** Kleszcze są stosunkowo małe, ich długość w stanie nieukrwionym waha się zazwyczaj od 1 do 5 mm. Po ukąszeniu i pobraniu krwi mogą znacznie zwiększyć swoją objętość.
- **Wygląd:** Kleszcze mają owalne, spłaszczone ciało, które jest koloru brązowego lub czerwonego. Posiadają cztery pary odnóży (sześć nóg w sumie, cztery pary pełnią funkcję lokomocyjną).
- **Główne części ciała:**
 - **głowotulów** – część, w której znajdują się aparat gębowy (służy do wbijania się w skórę ofiary) i odnóży.
 - **brzuszna część ciała** – reszta ciała, która wchłania krew ofiary.

3. Sposób odżywiania:

Kleszcze są **krwiopijne**, co oznacza, że żywią się krwią różnych zwierząt i ludzi. Ich aparat gębowy jest przystosowany do wbijania się w skórę ofiary, a ich kłujek jest wyposażony w haczyki, które pomagają utrzymać kleszcza w skórze przez długi czas (od kilku godzin do kilku dni). Kleszcze mogą przetrwać od 3 do 7 dni przy pobieraniu krwi, co umożliwia im pełne odżywienie.

4. Miejsca występowania kleszczy:

Kleszcze preferują wilgotne i zacienione miejsca, takie jak:

- Las
- Łąki i pola
- Krzewy
- Wysoka trawa w parkach
- Ogrody przydomowe

Szukają miejsc w pobliżu źródeł ciepła i ruchu, gdzie mogą łatwiej trafić na swoje ofiary, takie jak ssaki (dzikie i domowe) oraz ludzie.

5. Cykl życiowy kleszcza:

Cykl życia kleszcza obejmuje cztery etapy:

Jajo – składa się je w suchych, ciemnych miejscach.

Larwa – po wylęgnięciu larwa ma 6 nóg (mniej niż dorosłe osobniki). Wymaga pierwszej ofiary, by uzyskać krew, aby przejść do następnego etapu.

Nymfa – młodsza forma kleszcza, mająca 8 nóg, przechodzi przez kilka stadiów, żywiąc się krwią kolejnych ofiar.

Dorosły kleszcz – po pobraniu krwi osiąga pełny rozmiar i jest gotowy do rozmnażania.

Kleszcze mogą żyć od kilku miesięcy do dwóch lat, w zależności od dostępności pożywienia i warunków środowiskowych.

6. Główne zagrożenia związane z kleszczami:

Kleszcze mogą przenosić choroby, takie jak:

Borelioza (choroba z Lyme)

Kleszczowe zapalenie mózgu (KZM)

7. Objawy ukąszenia kleszcza:

Na początku nie zawsze są widoczne. Po kilku dniach mogą pojawić się objawy takie jak:

Zaczerwienienie skóry

Obrzęk w miejscu ukąszenia

Ból głowy, gorączka, zmiany skórne (w przypadku boreliozy).

8. Ochrona przed kleszczami (Środki zapobiegawcze)

Jak chronić się przed ukąszeniami kleszczy:

- Używanie środków odstraszających (spraye, kremy).
- Noszenie odpowiedniej odzieży – długie rękawy, spodnie włożone w skarpetki.

- Unikanie wysokiej trawy i gęstych krzewów.
- Sprawdzanie skóry po powrocie z miejsca, w którym mogą występować kleszcze (np. las, łąka).

9. Jak usunąć kleszcza? (Instrukcja usuwania kleszcza) :

Zachowaj spokój i weź odpowiednią pęsetę lub narzędzie do usuwania kleszczy.

Złap kleszcza jak najbliżej skóry, unikając uciskania jego ciała.

Pociągnij powoli i równomiernie w górę, starając się nie wykręcać kleszcza.

Po usunięciu dokładnie umyj miejsce ukąszenia i ręce wodą z mydłem.

Obserwuj miejsce ukąszenia przez kilka tygodni. Jeśli pojawi się rumień lub inne objawy, skontaktuj się z lekarzem.

10. Reakcja po ukąszeniu kleszcza (Co zrobić po usunięciu kleszcza) :

- Obserwować miejsce ukąszenia przez kilka tygodni – jeśli pojawi się charakterystyczna wysypka (np. rumień wędrujący), należy natychmiast udać się do lekarza.
- W przypadku objawów choroby (gorączka, bóle głowy, stawów), skontaktować się z lekarzem.

Załącznik - karta pracy – „Fakty i mity o kleszczach”

Kleszcze mogą przenosić poważne choroby

Kleszcze żywią się tylko dzikimi zwierzętami, ludzi nie atakują

Kleszcze przenoszą choroby od razu po ukąszeniu

Kleszcze żywią się krwią, ale tylko dorosłe osobniki są w stanie przenosić choroby

Kleszcze są aktywne przez cały rok, ale najwięcej ich wiosną i latem

Kleszcz może żyć tylko przez kilka godzin w ciele człowieka

Kleszcze można odstraszyć za pomocą silnych zapachów, np. czosnku lub olejków eterycznych

Kleszcze nie skaczą ani nie latają – czekają na ofiarę

Po ukąszeniu kleszcza warto usunąć go jak najszybciej

Kleszcze tylko w lecie – zimą są nieszkodliwe