

Если вы любите проводить время на свежем воздухе и на природе, то вам точно стоит опасаться клещей. Вот как можно защитить себя от этих насекомых.

На прогулку в лесу или по высокой траве лучше всего надеть светлую одежду с длинными рукавами и штанинами. Это затруднит у клещей доступ к вашей коже и облегчит вам их обнаружение.

Также известно, что клещей отпугивают определённые запахи. Можете перед прогулкой нанести на тело масло чайного дерева, гвоздики или лемонграсса. Помогают ещё сушёные травы: лаванда, шалфей, эвкалипт либо мята перечная.

Другим способом защиты от клещей может стать изменение запаха пота. Это можно сделать, если принимать витамины группы В и употреблять чеснок.

Материалы новостного характера нельзя приравнивать к назначению врача. Перед принятием решения посоветуйтесь со специалистом.