

## پیشگیری از مسمومیت ناشی از گزیدگی جانوران سمی

۱. علائم گزیدگی با افعی درد تیز و سوزاننده در محل گزش است که در عرض ۱ تا ۵ دقیقه بعد از گزش ظاهر می‌شود.
۲. تورم در محل گزیدگی مار افعی نیم تا ۴ ساعت بعد از گزش بروز می‌نماید که ممکن است در عرض ۲۴-۱۲ ساعت افزایش یابد و کل اندام مبتلا را درگیر نماید.
۳. در طی ۲۴-۳۶ ساعت پس از گزیدگی افعی، ممکن است تاول‌های کوچک در محل ایجاد شوند.
۴. از علائم گزش مار افعی تهوع و استفراغ، بی‌حسی در اطراف دهان، صورت و پوست سر و گزگز نوک انگشتان، تب و لرز، تعریق، ضعف و بی‌حالی و سرگیجه است.
۵. یکی از مشخص‌ترین و مهم‌ترین علائم و نشانه‌های گزیدگی با افعی‌ها، اختلالات انعقادی خون بوده و به‌صورت خونریزی از بینی، وجود خون در خلط، خون در ادرار، خون در مدفوع، خونریزی در شکم و داخل چشم و مغز مشاهده می‌شود.
۶. اختلال در عملکرد کلیه، کاهش سطح هوشیاری و شوک قلبی-عروقی از علائم گزش مار افعی است.
۷. علائم گزیدگی با مار کبری و مار مرجان افتادگی پلک‌ها، خواب‌آلودگی، ضعف عضلانی، فلج، اختلال تکلم و تنفس، آبریزش از دهان، استفراغ و تهوع است.
۸. علائم گزیدگی با مار آبی (دریایی) درد عضلانی و تغییر رنگ ادرار به رنگ قهوه‌ای یا سیاه است.
۹. در هنگام مارگزیدگی قبل از انتقال مصدوم به مرکز درمانی باید بیمار را آرام کنید و از حرکات بیش‌ازحد او جلوگیری نمایید.
۱۰. مصدوم مارگزیده را باید از محل حادثه (جهت جلوگیری از حمله مجدد مار) دور کرد.
۱۱. عضو محل گزیدگی مار را باید بی‌حرکت و هم‌سطح یا کمی پایین‌تر از سطح قلب نگه داشت.
۱۲. بستن یک نوار محکم و پهن، چند انگشت بالاتر از محل مارگزیدگی به‌ویژه اگر محل گزیدگی در دست‌ها یا پاها باشد، ضروری است.
۱۳. بستن نوار بالاتر از محل مارگزیدگی نباید آن‌قدر سفت باشد که جریان خون اندام را مختل کند. اگر ورم باعث سفت شدن نوار شد، آن را باز کنید و از محلی بالاتر ببندید. هر ۱۰ تا ۱۵ دقیقه، به مدت ۱ دقیقه نوار را باز کرده و دوباره ببندید. این کار باید تا زمان آماده شدن پادزهر ادامه یابد.
۱۴. در مارگزیدگی باید از سرد کردن عضو با آب سرد یا یخ خودداری کرد.
۱۵. هر چه سریع‌تر فرد مارگزیده را به اورژانس بیمارستان منتقل کنید و زمان را با تلاش برای کشتن و یا گرفتن مار از دست ندهید.
۱۶. در مارگزیدگی علائم واکنش‌های حساسیتی شدید مانند عطسه، مشکل در تنفس یا تورم سریع و شدید، درد شکم، تهوع، سرگیجه، درد قفسه سینه، خرخر صدا و کبود شدن رگ لب‌ها از جمله مواردی هستند که سریعاً باید به اورژانس مراجعه شود.
۱۷. مارگزیدگی در کودکان، بیماران قلبی، دیابتی، افراد مسن و معلولین حرکتی و بیماران مبتلا به آلرژی بسیار خطرناک‌تر است.
۱۸. گزش متعدد مار در ناحیه سر و گردن خطرناک‌تر است.
۱۹. گزش عقرب می‌تواند منجر به بروز درد شدید در ناحیه گزش شود اما علائم تهدیدکننده حیات و حوادث منجر به مرگ به ندرت رخ می‌دهد.
۲۰. فرد عقرب‌گزیده، خصوصاً کودکان را در اسرع وقت به بیمارستان منتقل نمایید.
۲۱. برخی از عقرب‌های بومی کشور ما در ناحیه خوزستان، کرمان و کاشان بسیار خطرناک‌اند و فرد عقرب‌گزیده برای تزریق سرم ضد زهر باید به بیمارستان منتقل شود.
۲۲. تورم ناشی از گزش عقرب، عموماً محدود به ناحیه گزش است و احساس بی‌حسی و سوزش در ناحیه گزش برای ۴ تا ۶ ساعت به وجود می‌آید و معمولاً پس از ۲۴ ساعت بهبود می‌یابد.
۲۳. زنبور گزیدگی ممکن است در اثر نیش انواع زنبور مانند زنبور عسل و زنبور سرخ بروز نماید.
۲۴. نیش زنبور عسل ماده، به کیسه محتوی زهر متصل است و پس از گزش در زخم باقی می‌ماند و محتویات کیسه زهر به زخم منتقل می‌شود؛ بنابراین برداشتن سریع نیش از روی زخم، جهت جلوگیری از ورود بیشتر سم به زخم ضروری است.

۲۵. علائم زنبور گزیدگی معمولاً در عرض چند ساعت ناپدید می‌شود.
۲۶. اگر فرد زنبور گزیده مشکل تنفسی داشت و یا تورم شدید و سریع در محل گزش بروز کرد، باید به پزشک مراجعه نماید.
۲۷. زنبورها و زنبورهای سرخ به‌طور مکرر نیش می‌زنند و محل گزش آن‌ها به‌سادگی عفونی می‌شود.
۲۸. چنانچه گزش زنبور در نقاط مختلف و آن‌هم در ناحیه گردن و سر بروز نماید، جدی‌تر است و می‌تواند تهدیدکننده زندگی باشد.
۲۹. فرد زنبورگزیده برای چند روز از نظر تشدید درد یا باقی ماندن تورم یا علائم شبیه آنفولانزا و یا تب باید تحت نظر باشد و در صورت بروز این علائم سریعاً به پزشک مراجعه شود.
۳۰. برای پیشگیری از بروز گزیدگی‌ها به‌طور کلی از دست زدن به جانوران گزنده خودداری نمایید.
۳۱. اقدامات اولیه در **گزش‌های معمولی زنبور شستشوی محل زنبور گزیدگی با آب و صابون** است.
۳۲. روی محل زنبور گزیدگی **کمپرس سرد یا کیسه محتوی یخ** قرار دهید و به‌طور متوالی هر ۱۵ دقیقه یک‌بار کیسه یخ را از روی پوست بردارید. از قرار دادن مستقیم یخ روی پوست اجتناب نمایید و از گرم کردن موضع بپرهیزید.
۳۳. برای جلوگیری از گزیدگی حشرات در هنگام سفر حشره‌کش، پشه‌بند و یا دیگر وسایل ایمنی را همراه داشته باشید.
۳۴. **حشره "دراکولا" یا "بند"** نه نیش می‌زند و نه گاز می‌گیرد بلکه ترکیبات سمی و محرکی ترشح می‌کند که باعث ایجاد زخم در محل عبور خود از روی پوست می‌شود.
۳۵. سم حشره "دراکولا" یا "بند" باعث ایجاد صدمات بافتی، زخم و تاول می‌شود. علائم به‌صورت قرمزی، بروز تاول و یا جوش‌های کوچک همراه با خارش و در انتها ورقه شدن و پوسته‌پوسته شدن پوست است.
۳۶. درمان قطعی برای سم حشره دراکولا یا بند وجود ندارد و عارضه بعد از مدتی خودبه‌خود خوب می‌شود.
۳۷. له شدن حشره دراکولا یا بند روی پوست و یا خاراندن پوست سبب انتشار سم و تشدید زخم‌های روی پوست خواهد شد.
۳۸. برای تخفیف عارضه پوستی سم حشره دراکولا، می‌توان در ساعات ابتدایی، **با آب و صابون معمولی** محل عارضه را شستشو داد و با تمیز نگه‌داشتن محل عارضه می‌توان از بروز مشکلات ثانویه از جمله عفونت‌های باکتریایی جلوگیری کرد همچنین هر چه پوست مرطوب‌تر باشد شدت عارضه بیشتر است.
۳۹. به‌طور تجربی استعمال الکل سفید بر روی موضع آلوده به سم حشره دراکولا یا بند می‌تواند در کاهش علائم مؤثر باشد.
۴۰. با رعایت چند نکته ساده می‌توانیم از خودمان در برابر گزش حشرات محافظت کنیم.
۴۱. **برای پیشگیری از گزش حشرات می‌توان علاوه بر نصب توری به پنجره‌ها، پوشیدن لباس‌های محافظت‌کننده و آستین‌بلند در محیط‌های باز غیرشهری، از پشه‌بند و مواد حشره‌کش در شب استفاده نمود.**
۴۲. **نگهداری حیوانات خانگی** باعث تجمع بیشتر حشرات می‌شود. بنابراین لازم است نگهداری حیوانات اهلی توأم با رعایت بهداشت باشد.
۴۳. اگر در محل زندگی **درختان زیادی** وجود دارد باید برای پنجره‌های خانه از توری استفاده شود و در پارک‌ها از آویختن لباس‌ها روی درخت خودداری شود.
۴۴. در مناطقی که حشرات زیاد وجود دارد، بهتر است روی پوست بدن مخصوصاً بدن کودک از **کرم‌های دورکننده حشرات** استفاده نمود؛ اما باید توجه داشت استفاده دائم از این مواد سبب حساسیت بیشتر می‌شود.
۴۵. به‌هیچ‌وجه کندوی زنبورعسل را دست‌کاری و زنبورها را تحریک نکنید.
۴۶. اگر زنبور در نزدیکی خود دیدید به‌جای نابود کردن آن با مگس‌کش، موقتاً آن منطقه را ترک کنید.
۴۷. **از پوشیدن لباس‌هایی باریک روشن و استفاده از عطرهای تند در مناطقی که حشرات زیادی دارند، جدا "خودداری کنید؛ زیرا تمام این موارد باعث جذب زنبورها می‌شود .**
۴۸. در محیط‌های باز، پیراهن آستین‌بلند و شلوار بلند به کودکان بپوشانید.
۴۹. اگر سابقه واکنش حساسیتی شدید به نیش زنبوردارید، با پزشک خود برای مقابله با آن مشورت کنید.