

毛毛虫刺伤、马蜂蜇伤、蜈蚣咬伤、蜱虫钻进肉里……

# 金秋出游防虫咬的最全攻略

日前，一家科技公司组织员工到一处郊外景点搞团队建设，没想到和一群马蜂“狭路相逢”，23人被蜇伤。被马蜂蜇伤、被毛毛虫刺伤、被蜈蚣咬伤、硬蜱虫钻到肉里……其实，在各大医院急诊，虫咬伤害并不罕见。

新华医院皮肤科急诊室每天会接诊数例因各种虫咬而引发的急症，比如毛虫皮炎、隐翅虫皮炎、马蜂蜇伤休克等。特别是近几年，蜱虫咬伤和蜈蚣咬伤逐渐增多。

生态环境越来越好，都市人亲近自然的机会多了，与虫不期而遇的几率跟着提高，公园树上落下的毛毛虫、躲在鞋子里的蜈蚣、藏在刚刚晒过太阳的被子里的马蜂……这份常见虫咬处理攻略供读者收藏，有备无患。



本版图片来自网络

## 蜂蜇伤：冲洗伤口、挤出毒液、涂小苏打水

收取晾晒的衣物时，要小心夹带蜜蜂或马蜂。在野外尽量穿长袖，戴帽子，要避免使用香味浓烈的化妆品，如香水。可以喷一些防蚊药水。

**如不慎被蜜蜂或马蜂攻击，怎么办？**

1. 被蜂群攻击后，不要过分反击，找安全地方蹲下，用衣物遮蔽重要部位，避免激惹蜂群。

2. 马蜂蜇人不会把刺留在人身上，但蜜蜂会留刺。被蜇伤后要首先检查伤口处是否有毒刺残留。如果有毒刺残留，用镊子取出。

3. 马上用干净水反复冲洗伤口，并用手挤压伤口附近，把毒液挤出，挤压至流出鲜红血液为止，再用小苏打水涂抹。不要用脏水清洗，更不要用泥糊创面，这样容易感染伤口。

4. 如出现发热、头晕头痛、胸闷、呼吸困难、恶心呕吐等全身症状，应及时就医。出现神志不清、心跳呼吸骤停的情况，立即现场心肺复苏。

## 隐翅虫皮炎：千万别直接用手拍

隐翅虫不咬人，但体内有强酸性毒汁，被拍死在皮肤上会迅速释放出毒液，引起过敏性皮炎，出现条索状或斑片状的水肿性红斑、水泡或脓疱，又痒又灼痛。

### 隐翅虫皮炎怎么防？

隐翅虫飞到皮肤上，千万别直接用手把它拍死，应用手指弹走、吹掉或抖落在地。如在皮肤上将它拍死，其体液接触皮肤会引起皮炎，体液沾到衣物上，皮肤接触沾隐翅虫体液的衣物也会引起隐翅虫皮炎。

### 隐翅虫皮炎怎么治？

1. 接触毒液后立即用肥皂水或流水冲洗，再用炉甘石洗剂、薄荷脑膏或糖皮质激素软膏；严重的加口服抗组胺药比如氯雷他定，或系统应用糖皮质激素。

2. 出现发热、头疼、恶心、淋巴结肿大等状况时，应及时到医院就诊。

## 毛虫皮炎：用透明胶带粘除毒毛

桑毛虫有无数毒毛，毒毛中心为空心管道，中有毒液，毒毛脱离后随风飘扬，接触人体后引发皮炎。刺毛虫的毒毛刺伤皮肤也会皮炎。皮肤被刺伤后先有刺痛、灼热感，随即在刺伤部位出现红肿或大片肿胀，一般全身症状较轻，重者可能引起死亡。

### 被毛毛虫蜇到了，怎么办？

1. 尽可能用胶布或透明胶带反复多次粘去皮疹处毒毛，用肥皂水或碱性水溶液冲洗局部以中和毒素。

2. 局部可外搽炉甘石洗剂、氧化锌洗剂或1%薄荷溶液，也可用马齿苋捣烂敷于患处，消炎止痒。

3. 如果症状较重，要及时就医。

## 蜈蚣咬伤：不要试图将毒液挤出、不要用碘酒或消毒水

蜈蚣咬伤表现为局部急性炎症：红、肿、痛痒，严重者可发生局部皮肤坏死；更严重可见浑身麻木、头痛、眩晕、发热、恶心、呕吐等全身症状，甚至危及生命。

### 要远离蜈蚣咬伤，该怎么做？

1. 住在老小区的人要注意，尽量少穿较暴露的拖鞋到长有青苔的地方，不要輕易搬动砖块。

2. 做好室内防潮工作，保持清洁干燥，避免堆积物品。

### 被蜈蚣咬伤了，怎么办？

1. 不要试图将毒液挤出，用力挤压会使血液循环加快，从而导致毒液扩散，引起伤口肿胀蔓延。

2. 蜈蚣的毒液呈酸性，如被蜈蚣咬伤，应在伤肢上端2-3厘米处用布带扎紧，每15分钟放松1-2分钟，伤口周围用冰敷，肿胀明显者用抽吸器或拔火罐吸出毒液，用碱性溶液（肥皂水）反复多次冲洗伤口。

3. 蜈蚣咬人伤口是一对小孔，毒液顺孔流入，要用碱性溶液反复冲洗，忌用碘酒或酸性药物冲洗或涂擦。

## 蜱虫叮咬：不要拍打、不要硬拔、不要捏爆

蜱虫喜阴暗潮湿，在山区和丘陵地带最为活跃，在野外工作、旅游时，要穿长袖长裤、喷洒驱蚊液等，同时注意检查身上有无不明原因伤口。

### 要远离蜱虫叮咬，该怎么做？

1. 外出踏青涂抹驱蚊水，避免在草地上坐卧。避免长时间接触木材和落叶堆，在树林或草地上散步时，穿长袖和长裤，把裤子塞进袜子里。

2. 长时间在户外回到室内后，要及时洗澡，仔细检查手臂、耳后、腿、膝盖和头发。特别要注意检查宠物和幼童。

### 被蜱虫叮咬了，该怎么做？

1. 蜱虫前端长有倒刺，发现身上有蜱虫，不要拍打、硬拔、捏爆、用火或其他东西刺激，及时去医院处理。

2. 只能自行处理的话，可用酒精涂在蜱虫身上，使蜱虫头部放松或死亡，再用尖头镊取下，注意要垂直向上拔出，不要左右摇动。或用烟头、香头轻烫蜱虫露在体外的部分，使其头部自行退出。再用酒精或肥皂水清洁伤口和手，进行消毒。

3. 出现发热、乏力、恶心、呕吐等症状，尤其体温高于38℃的，要立即就诊，并主动告知医生情况。蜱虫有一定概率引起发热伴血小板减少综合征，或感染其携带的病毒，严重时可致命。被蜱虫咬伤后需密切观察，一旦出现高烧等症状立即就医。

## 海蜇皮炎、珊瑚皮炎：及时用海水冲洗蜇伤处

常见海洋生物伤害主要来自海蜇（水母）、珊瑚类和海藻类生物。

海蜇触手上有大量刺胞，刺胞内含毒液，当触手触及人体时，从刺胞中伸出的刺丝刺入皮肤，引起海蜇皮炎，严重者可致快速死亡。被珊瑚蜇伤的最初反应是疼痛、红斑和瘙痒，伤口周围在几分钟内可能出现红斑，1-2小时消失。未处理的伤口愈合较慢，有的甚至长达3-6周才会痊愈，并有感染风险。

### 预防海蜇皮炎，该怎么做？

### 1. 海水浴时，要

选择有合格防护措施的海水浴场或洁净的海水区。

2. 在海中游泳者不要用手脚或是身体其他部位去碰触海水中不明的软体物体，防止被海蜇攻击咬伤。

3. 不要直接用手去捡被海水冲到沙滩上的海蜇，避免碰到有毒囊的触须而被蜇伤。

4. 海蜇怕高温，一般都在阴冷的海水下面，浅水区较少（汛期较多时浅水区也要注意），老人和孩子应在浅水区或岸边玩耍，不要去深水区。

5. 海蜇毒性对儿童伤害较大，游玩时尤其看护好儿童。

### 预防珊瑚皮炎，该怎么做？

想要体验潜水的人最好在正规海域进行，并有专业人士的指导，还要做好必备的防护措施。

### 被海蜇蜇伤，该怎么办？

1. 一旦被海蜇蜇伤，伤者应及时用海水冲洗蜇伤处，勿用淡水，因其易激发未发射出的刺丝囊。口腔蜇伤立即用任何可获得的饮料反复漱口。眼蜇伤用大量淡水冲洗。

2. 不宜冰敷，可用温水浸泡。不宜用毛巾等擦拭，大的触手可用镊子等工具取走。

3. 尽快用5%醋酸（或食醋）浸泡或湿敷蜇伤部位，持续至少30分钟或直到疼痛消失为止。

4. 用5%-10%碳酸氢钠（或饱和明矾溶液）冲洗和碳酸氢钠溶液湿敷，每次半小时以上，每日可数次，也可用炉甘石洗剂外涂或局部涂擦激素类软膏。

5. 症状严重，要及时到医院接受专业治疗。

### 被珊瑚蜇伤，该怎么办？

1. 一旦发生珊瑚伤害，可先用海水来冲洗，然后用醋或酒精擦拭患处减轻疼痛。

2. 用镊子拔出或剔出残留物。

3. 使用抗组胺剂类药物涂抹患处减轻痒及灼烧感，亦可使用止痛药物。

来源：文汇报