

هر شماره؛ معرفی یک بیماری و پیشگیری و درمان آن

این شماره: گزیدگی



علائم انواع نیش حشرات و راه‌های درمان خانگی آن



و پشه کمتر می‌شود.

۳) آلوورا

نتایج برخی از تحقیقات نشان داده است که آلوورا در درمان برخی از مشکلات پوستی مانند پسوریازیس مؤثر است. آلوورا کاربردهای بسیاری دارد و افراد معمولاً از ژل آن برای درمان علائم سوختگی، سرمازدگی و تبخال استفاده می‌کنند. در نتیجه محققان باور دارند که استفاده از ژل آلوورا ممکن است در کاهش التهاب ناشی از نیش پشه مؤثر باشد.

۴) عسل

استفاده از عسل برای جای نیش حشره ممکن است به کاهش التهاب کمک کرده و از ایجاد عفونت جلوگیری کند. همچنین این ماده با عملکردی شبیه به آلوورا، می‌تواند در تسکین جای نیش مؤثر باشد.

۵) هیدروکورتیزون

استفاده موضعی از پماد هیدروکورتیزون، التهاب و خارش ناشی از نیش حشرات را کاهش می‌دهد. کودکان، زنان باردار و اشخاصی که به عفونت‌های پوستی مبتلا هستند نباید از این پماد استفاده کنند. در صورت تجویز پزشک، باید این پماد را تا پایان دوره مصرف آن استفاده کنید؛ در غیر این صورت، هیدروکورتیزون باید تنها برای مدت‌زمان کوتاه مورد استفاده قرار گیرد.

۶) آنتی‌هیستامین

هنگامی که حشره‌ای شما را نیش می‌زند، بدن‌تان هیستامین ترشح می‌کند؛ همین امر باعث ایجاد خارش می‌شود. در نتیجه استفاده از آنتی‌هیستامین‌های موضعی به کاهش خارش جای نیش کمک می‌کند. نکته: آنتی‌هیستامین‌ها به دو صورت قرص و کرم‌های موضعی در دسترس هستند.

واکنش آلرژیک موضعی

اگر شما به نیش حشرات حساسیت نداشته باشید، پس از نیش‌زدگی پوست‌تان متورم می‌شود. این تورم پس از چند ساعت ممکن است بزرگ‌تر شود اما بعد از چند روز از بین می‌رود. تورم روی پوست اندازه‌های متفاوتی دارد و می‌تواند چند سانی‌متر باشد و تمام دست یا پا را فرا بگیرد. بیشتر اوقات تورم بی‌خطر است؛ مگر اینکه راه تنفسی را درگیر کند. همچنین در اثر تورم شدید، پوست ممکن است تاول بزند. در صورت بروز واکنش آلرژیک موضعی روی پوست اقدامات زیر را انجام دهید:

در اسرع وقت یک قرص آنتی‌هیستامین خوراکی از داروخانه تهیه کرده و مصرف کنید. آنتی‌هیستامین‌ها عملکرد هیستامین را مسدود می‌کنند. هیستامین یک ماده شیمیایی است که بدن طی واکنش‌های آلرژیک آن را آزاد می‌کند.

از کمپرس سرد، کیسه یخ یا حوله سرد برای کاهش درد و تورم استفاده کنید.

مسکن‌هایی مانند استامینوفن یا ایبوپروفن به کاهش درد شما کمک می‌کنند.

مصرف آنتی‌هیستامین‌ها را تا جایی ادامه دهید که تورم کاملاً از بین برود. ممکن است تا چند روز نیاز به مصرف آنتی‌هیستامین داشته باشید.

در صورت تورم شدید، به پزشک مراجعه کنید. ممکن است پزشک برای مقابله با التهاب، برای مدتی کوتاه، قرص استروئید تجویز کند.

پیشگیری از گزش و نیش حشرات
به‌منظور جلوگیری از گزش و نیش حشرات، می‌توانید اقدامات زیر را انجام دهید:

به‌هنگام دیدن زنبورهای عسل، زنبورهای وحشی یا زنبورهای سرخ وحشت نکرده و به‌آرامی محیط را ترک کنید.

در ساعاتی از روز که احتمال گزش توسط حشرات بیشتر است، مانند زمان طلوع یا غروب آفتاب، بهتر است لباس‌های آستین بلند و شلوار بپوشید.

بیرون از خانه حتماً کفش بپوشید.
در مواقعی از سال که احتمال گزش بیشتر می‌شود، به‌ویژه در تابستان و اوایل پاییز، می‌توانید از محصولات موضعی دفع‌کننده حشرات روی پوست خود استفاده کنید. اغلب این محصولات به‌منظور اثربخشی بهتر حاوی دی‌اتیل تولو آمید (DEET) هستند.

از ایستادن کنار گیاهان گل‌دار، فضای باز رستوران‌ها، نواحی انباشت زباله‌ها و کودهای حیوانی دوری کنید. اگر یاغ دارید، میوه‌هایی را که از درخت افتاده‌اند جمع کنید و سطل‌های زباله خود را با درپوش مناسب بپوشانید.

از اقامت در اطراف برکه‌ها و باتلاق‌ها دوری کنید؛ چون بیشتر حشرات مانند پشه‌ها و خرمگس‌ها معمولاً در نزدیکی این مکان‌ها حضور دارند. اگر بیرون از خانه غذا یا نوشیدنی (به‌ویژه خوراکی شیرین) می‌خورید، روی آن‌ها را بپوشانید.

درها و پنجره‌های خانه را ببندید یا از توری‌های مخصوص استفاده کنید تا حشرات به داخل خانه نیایند.

اگر اطراف شما حشره‌ای مانند زنبور وحشی، سرخ یا عسل بود، دست‌هایتان را سمت آن‌ها تکان ندهید و به آن‌ها ضربه نزنید.

از محصولات دفع‌کننده حشرات قوی‌تری استفاده کنید. از جمله صابون، شامپو و دئودورانت استفاده نکنید؛ چون ممکن است حشرات را جذب کنند.

لانه حشرات را خراب نکنید. زنبورهای وحشی در مناطق مسقف و پوشیده مانند درختان و فضاهای درون بام‌ها لانه می‌سازند. اگر این لانه نزدیک خانه شما بود از افراد متخصص برای جابه‌جا کردن آن کمک بگیرید.

عفونت پوستی پس از نیش حشرات



وقت است.

اگر نسبت به درمان به‌موقع سلولیت بی‌توجه باشیم، ممکن است دامنه عفونت به غدد لنفاوی، خون، عضلات، و حتی استخوان‌ها هم برسد.

وقتی عفونت از راه خون در همه جای بدن پخش می‌شود، عفونت سیستمیک یا سپسیس پدید می‌آید. سپسیس می‌تواند حتی جان بیمار را تهدید کند.

اگر درمان سلولیت در مراحل اولیه آغاز نشود، ممکن است پزشک ناچار شود برای تحت نظر قرار دادن علائم فرد، وی را در بیمارستان بستری نماید. در این حالت شاید آنتی‌بیوتیک وریدی (تزریق داخل سیاهرگ) برای بیمار تجویز شود.

پیشگیری از سلولیت ناشی از گزش حشرات

از خواب بیدار می‌شویم و می‌بینیم دست یا پایمان از نیش‌های پرتعداد حشرات قرمز شده است.

چگونه می‌توانیم از عفونی شدن آنها جلوگیری کنیم؟ با رعایت نکات زیر می‌توانیم از عفونی شدن هرگونه نیش، بریدگی یا خراش روی پوستمان پیشگیری کنیم:

عدم خاراندن محل، به‌خصوص با ناخن شست‌وشوی محل گزش حشرات، حداقل روزی یک بار با آب و صابون استفاده از یک پماد موضعی به‌عنوان یک سد در برابر عوامل عفونی، با مشورت دکتر داروساز در داروخانه

پوشاندن محل گزش با باند (این کار امکان خاراندن محل را از ما می‌گیرد)

کمپرس سرد با یک کیسه یخ که در حوله پیچیده شده است کوتاه کردن ناخن‌ها

بررسی محل گزش، از لحاظ بروز علائم عفونت به‌خصوص گسترش قرمزی و تورم

در صورت بروز تب، لرز و تورم غدد لنفاوی باید در اسرع وقت به یک کلینیک اورژانس مراجعه کنیم. این علائم جدی هستند و گاهی در مدتی کوتاه خطر آفرین می‌شوند.

سایت دکتر عبیدی می‌نویسد: آیا نیش حشرات ممکن است عفونی شده و باعث سلولیت یا همان عفونت پوست شود؟ پاسخ مثبت است. در هر جایی از پوست که پارگی، بریدگی یا شکاف به وجود بیاید، امکان بروز عفونت وجود دارد.

نیش حشرات
حشرات هر قسمتی از بدن را ممکن است مورد حمله قرار دهند. حشرات بالدرد بیشتر صورت و دست و پا را هدف قرار می‌دهند. احتمال عفونی شدن نیش‌های حشرات بر روی پا بیش از سایر نقاط بدن است. پوست، نخستین لایه محافظتی بدن ما به شمار می‌رود.

نیش هر حشره‌ای مانند پشه، زنبور یا مورچه یک شکاف در پوست ایجاد می‌کند. باکتری‌هایی که در سطح پوست ما وجود دارند، می‌توانند از این گسستگی ناشی از نیش حشرات عبور کنند و باعث ایجاد عفونت شوند. از این رو بهتر است در برابر خاراندن محل گزش حشرات مقاومت کنیم؛ زیرا این کار به‌طور معمول باعث باز شدن بیشتر دهانه شکاف پوستی و ورود بیشتر باکتری‌ها می‌شود. خاراندن محل گزش با ناخن ممکن است باکتری‌های زیر ناخن را هم به محل نیش حشرات اضافه کند.

علت ایجاد عفونت پوستی در محل گزش حشرات
به دنبال نیش حشرات، باکتری‌های گوناگونی ممکن است باعث ایجاد عفونت پوستی یا سلولیت شوند. شایع‌ترین گونه باکتری دخیل در این نوع عفونت، استرپتوکوک A است، یعنی همان نوع باکتری که سلولیت‌های شدیدی به‌وجود آورند.

علائم سلولیت در محل نیش حشرات
این علائم ممکن است شامل یک یا برخی از موارد زیر باشد: درد، که گاهی از محل نیش حشره به اطراف هم تیر می‌کشد

التهاب و قرمزی
تورم
خطوط یا نقاط قرمز اطراف محل اصلی نیش حشره

گرمی پوست در محل گزش حشره
اگر عفونت پوست درمان نشود، ممکن است منجر به بروز علائم شدیدتری شود، مانند:

تب
لرز
تورم غدد لنفاوی

خروج چرک یا ترشحات از محل نیش حشره
عوارض و درمان سلولیت به دنبال نیش حشره
گزش حشرات شاید خطرناک نباشد، اما اگر محل گزش عفونی شد، باید با جدیت برای درمان آن اقدام کرد.

پزشک معالج ممکن است برای ما آنتی‌بیوتیک تجویز کند. بر اساس نوع آنتی‌بیوتیک، دوره درمان بین ۵ تا ۱۴ روز طول می‌کشد که حتماً باید آن را تکمیل کرد. بهترین راه برای جلوگیری از پیشرفت این عفونت، مراجعه سریع به پزشک و آغاز درمان تجویز شده در اسرع وقت است.

در اثر نیش و گزش حشرات، روی پوست سوراخ ایجاد می‌شود. علاوه‌بر این، به دنبال نیش حشرات بزاق، مدفوع یا سم حشره روی پوست به جا می‌ماند. همچنین در اغلب موارد نیش حشره روی پوست باقی می‌ماند.

نیش حشرات از جمله اتفاقاتی است که همه افراد، حداقل یک بار در زندگی آن را تجربه کرده‌اند؛ خصوصاً در فصل تابستان و زمانی که بیرون از خانه هستند. نیش حشرات می‌تواند دردناک باشد اما معمولاً عارضه‌ای جدی ایجاد نمی‌کند و طی چند ساعت تا چند روز از بین می‌رود.

به گزارش لافارو، انواع زنبورها، اعم از وحشی و عسل، پشه‌ها و نیز مورچه‌ها می‌توانند نیش بزنند یا گزش ایجاد کنند. مهم است بدانید نیش یا گزش حشرات چه علائم و نشانه‌هایی دارد تا بتوانید با اقدامات فوری پزشکی مانع از تشدید واکنش‌های آلرژیک شوید. برای آشنایی با این موارد، در این مقاله با ما همراه باشید.

نیش حشرات چیست؟

در اثر نیش و گزش حشرات، روی پوست سوراخ ایجاد می‌شود. علاوه‌بر این، به دنبال نیش حشرات بزاق، مدفوع یا سم حشره روی پوست به جا می‌ماند. همچنین در اغلب موارد نیش حشره روی پوست باقی می‌ماند.

علائم نیش حشرات

گزش حشرات معمولاً با گذشت یک یا دو روز و بدون نیاز به درمان بهبود می‌یابد. علائم رایج گزش حشرات عبارتند از:

تحریک پوست

التهاب یا تورم
ایجاد برآمدگی یا تاول اطراف جای گزش
علائم رایج نیش حشرات عبارتند از:

احساس سوزش شدید

قرمزی اطراف محل نیش‌زدگی
دردی که معمولاً پس از گذشت یک ساعت (یا کمی بیشتر) کاهش می‌یابد.

تورم اطراف محل نیش‌زدگی

تورم شدید در صورت ایجاد واکنش آلرژیک. تورم ممکن است بخش زیادی از بدن را تحت تأثیر قرار دهد؛ برای مثال، کل بازو یا پای شما درگیر شود

ایجاد تاول و درد شدید در صورت بروز واکنش آلرژیک
جای نیش حشرات با گذشت حدوداً ۴۸ ساعت بهبود می‌یابد؛ هرچند ناحیه درگیر ممکن است تا چند روز حساس باشد.

نکته: شدت علائم گزش و نیش حشرات بسته به نوع حشره و میزان حساسیت بدن شما متفاوت است.

درمان نیش حشرات

اگر زنبور عسل، زنبور وحشی یا زنبور سرخ شما را نیش بزند، باید اقدامات زیر را انجام دهید:

نیش را با ناخن یا لیه کارت پانکی به طرفین هل دهید تا خارج شود.
برای بیرون‌آوردن نیش از مویچین استفاده نکنید؛ زیرا ممکن است کیسه سم متصل به نیش پاره شود.

محل نیش حشره را با آب و صابون بشویید.
از کمپرس سرد روی پوست استفاده کنید.
به‌منظور برداشتن کثه از روی پوست و درمان محل گزش، اقدامات زیر را انجام دهید:

با استفاده از مویچین نوک‌تیز، کثه را از نزدیک‌ترین قسمت به پوست بگریید.



به‌آرامی کثه را بردارید. مراقب باشید آن را فشار ندهید. دقت کنید هیچ قسمتی از ناحیه دهان کثه روی پوست شما باقی نماند و از حشره کثه نشود.

محل گزش را با محلول‌های ضدعفونی‌کننده با آب و صابون بشویید.
برای درمان نیش مورچه آتشین اقدامات زیر را انجام دهید:

محل نیش را با صابون و آب سرد بشویید.
برای کمک به خارش و التهاب، می‌توانید از کرم‌های استروئیدی موضعی روی پوست خود استفاده کنید.

در صورت نیاز، آنتی‌هیستامین (داروی ضد آلرژی) مصرف کنید.

درمان خانگی نیش حشرات

همان‌طور که گفته شد، اغلب نیش و گزش حشرات اثرات خفیفی دارند و در خانه به‌راحتی قابل درمان هستند. اما در برخی موارد گزش و نیش حشرات می‌تواند حامل عفونت، باکتری، ویروس یا انگل باشد و بیماری‌هایی را به انسان منتقل کند.

نیش زنبورهای عسل، زنبورهای وحشی، زنبورهای زرد، زنبورهای سرخ و مورچه‌های آتشین می‌توانند باعث ایجاد واکنش‌های شدید آلرژیک (آنافیلاکسی) در افراد شوند. برای درمان نیش حشرات می‌توانید از روش‌های زیر استفاده کنید:

۱) کمپرس یخ

سرما باعث کاهش شدت التهاب می‌شود. گذاشتن کمپرس یخ بلافاصله بعد از آنکه حشره‌ای شما را نیش زد به کم‌شدن التهاب، خارش و ناراحتی ناشی از نیش حشره کمک می‌کند. باید توجه داشته باشید که یخ را مستقیماً روی پوستتان قرار ندهید. ابتدا آن را درون یک پارچه یا حوله پیچیده و سپس روی پوست خود بگذارید.

۲) کمپرس گرم

تحقیقات نشان می‌دهند که استفاده از کمپرس‌های گرم برای رفع جای نیش پشه مؤثر است. در بیشتر موارد تنها ۱۰ دقیقه پس از استفاده از این کمپرس‌ها احساس ناراحتی ناشی از نیش حشرات به‌خصوص زنبور

اداره مشاوره و مددکاری اجتماعی
سامانه صدای مشاور ۰۹۶۵۸۰

فرماندهی انتظامی استان فارس
معاونت فرهنگی و اجتماعی

شاید اضطراب‌ت داره سعی میکنه بهت بگه:

بیش از حد داری وقتت رو در شبکه‌های اجتماعی می‌گذرونی

خیلی وقته کارهایی که ازشون لذت می‌بری رو انجام ندادی

سبک زندگیت نیاز به تغییر داره

باید کمتر به خودت سخت‌گیری

داری نسبت به سلامت روان و جسمت بی‌توجهی میکنی

خودت رو زیادی درگیر کار و درس کردی

باید از یک نفر کمک‌گیری

خیلی وقته داری سعی میکنی چیزهایی رو کنترل کنی که در کنترل تو نیستن

مرکز مشاوره معاونت فرهنگی و اجتماعی فرماندهی انتظامی استان فارس

آدرس: شیرازپل حر - روبروی کلاتری ۱۱ زند

☎ ۰۷۱۳۲۲۲۷۰۰۶