راهکار های برای پیشگیری از عقرب گزیدگی و مارگزیدگی

با توجه به شرایط اقلیمی و جغرافیایی ایران و وجود گونه های شناخته شدهٔ مارها و عقرب های زهرآگین، هر ساله شاهد بروز حوادث ناشی از مار گزیدگی و عقرب زدگی در مناطق مختلف کشور هستیم. مارگزیدگی در همه سنین و عقرب زدگی در کودکان کمتر از شش سال بیشتر موجب مرگ می گردد. اگرچه برخی از استان ها از شیوع بیشتری در خصوص مارگزیدگی و عقرب زدگی برخوردارند ولی بروز تعداد کمتر در برخی مناطق از اهمیت آن ها نمی کاهد چه بسا صدمه این جانوران زهرآگین در مناطق با شیوع کمتر با مرگ و میر بیشتری همراه باشد.

پیشگیری از عقرب گزیدگی:

مهمترین قسمت پیشگیری آگاهی دادن و آموزش همگانی درباره عقرب ها و راه های پیشگیری از اسیب های ایجاد شده توسط این جانوران است. مهمترین اقدامات پیشگیرانه شامل موارد زیر هستند:

قبل از پوشیدن لباس و کفش در مناطق عقرب خیز از بنودن عقرب در آن ها اطمینان حاصل نمایید.

توصیه می شود لباسها و کفش ها قبل از پوشیدن بخوبی تکانده شود.

۱. حتی المقدور پابرهنه در محیط باز در شب راه نروید.
۲. حتی المقدور برای خوابیدن در محیط باز از تختهای بلند و پایه دار استفاده کنید یا قبل از ورود به محل خواب از عدم وجود عقرب اطمینان حاصل نمایید.
۳. در صورت نیاز به اسکان در چادر، آن را در محیطی باز و دور از نخاله ها و باقیمانده های ساختمانی بر پا کنید.
۴. از فرو بردن دست بدون محافظ در زیر سنگها، حفرات و سوراخهای فاقد دید کافی خودداری کنید.
۵. از دستکاری لانه های پرندگان جلوگیری شود (به خصوص کودکان)
۶. احتیاط در بیرون آوردن میوه از صندوق های میوه
۷. پرورش ماکیان در مناطق عقرب خیز موجب کاهش تعداد عقرب ها می شود
۸. . برای از بین بردن عقرب ها بهتر است نزدیک محل زندگی انها یک گونه خیس گذاشته شود تا به علت خنک بودن زیرگونی جمع شوند

کمکهای اولیه در عقرب گزیدگی:

نکته مهم در مواجهه با عقرب گزیدگی ، سرد نمودن محل گزش وانتقال سریع بیمار است.

بهتر است کمکهای اولیه زیر را حین رساندن فرد آسیب دیده به اولین مرکز بهداشتی درمانی انجام دهید:

۱. خونسردی خود را حفظ کنید.
۲. به فرد آسیب دیده اطمینان دهید و او را آرام کنید. آرامش فرد باعث می شود که جذب زهر کند شود.
۳. از کمپرس سرد در محل گزش استفاده کنید. دقت کنید هرگز یخ را مستقیما روی پوست قرار ندهید.

۴. عضو آسیب دیده را بی حرکت کنید و پایین تر از سطح قلب نگه دارید.

*** از هر گونه دستکاری محل گزش اعم از برش، مکش و سوزاندن اکیدا خودداری شود.**



پیشگیری از مارگزیدگی:

۱. در صورت برخورد با مار ، به آرامی از آن فاصله بگیرید چرا که اگر مار واکنش ناگهانی و شدیدی نبیند اقدام به حمله نمی کند.

۲. در مناطق باز در تاریکی شب قدم نزنید و هنگام کار به خصوص در مناطق مارخیز از دستکش، پوتین ساق بلند)چکمه(و شلوار بلند مچ دار استفاده نمایید.

۳. دست و پای خود را در مکانهای مشکوک که بازرسی آنها با چشم میسر نیست، وارد نکنید.

۴. قبل از بازدید دقیق، در چادرها یا سایه بانها داخل نشوید و در آنها اطراق نکنید.

۵. از نشستن بر روی تنه درختان بر زمین افتاده یا تخته سنگها قبل از بازرسی دقیق آنها خودداری کنید.

۶. بعد از غروب آفتاب، به جمع کردن چوب نپردازید و در روز هم چوبهای انباشته را قبل از برداشتن با یک چوب بلند جابجا کنید.

۷. فاصله ای که مارها می توانند به انسان حمله کنند بر حسب نوع مار متفاوت است ولی معمولاً بیش از فاصله ۵۵ سانتیمتری قادر به حمله نیستند بنا بر این پس از مشاهده ی مار، در فاصله قدرت حمله آن قرار نگیرید و از آنجا دور شوید.

۸. در صورت نیاز به اسکان در چادر، آن را در محیطی باز برپا کنید.

۹. از راه رفتن با پاهای برهنه و یا پوشیدن دمپایی در حیاط و بیـرون منزل خودداری کنید .

۱۰.

راهکار های برای پیشگیری از عقرب گزیدگی و مارگزیدگی



کمکهای اولیه در مارگزیدگی: بهتر است کمکهای اولیه زیر را حین رساندن فرد آسیب دیده به اولین مرکز بهداشتی درمانی انجام دهیم:

۱. خونسردی خود را حفظ کنید.

۲. بیمار را آرام کنید و ترجیحا به پشت بخوابانید.

۳. اشیایی مانند ساعت، النگو، انگشتر و کفش را در بیاورید.

۴. عضو آسیب دیده را توسط آتل بی حرکت کنید و پایین تر از سطح قلب و در وضعیت خنثی قرار دهید.)یعنی اندام مورد گزش خم نباشد(،این عمل از سرعت انتشار سم در عروق لنفاوی و سیاهرگهای سطحی میکاهد.

۵. باید کمی بالاتر از محل نیش را با یک تکه پارچه پهن مانند روسری)با پهنای حدود ۱۵ سانتی متر (به آرامی ببندید تا گسترش زهر در خون کند شود. فشار پارچه بسته شده باید به اندازه ای باشد که یک انگشت به راحتی از زیر آن عبور کند و همچنین باعث قطع نبض در نقاط انتهایی اندام نشود .

۶. از خوراندن هرگونه مواد غذایی به فرد گزیده شده، خودداری کنیدزیرا با افزایش ضربان قلب باعث افزایش جذب سم می شود).

***هرگز از تورنیکه یا گارو برای بستن بالای زخم استفاده نکنید.**

***استفاده از سرما درمانی یا کمپرس آب سرد در محل گزیدگی ممنوع است.**

***مصدوم می باید در وضعیت درازکش، با اندام صاف (یا آویزان)پایین تر از سطح قلب به مرکز درمانی منتقل گردد.**

***از شستشو و هر گونه دستکاری محل گزش اعم از برش، مکش و سوزاندن اکیدا خودداری شود.**

معاونت بهداشتی استان قزوین

گروه پیشگیری و مبارزه با بیماری ها

کارشناس زئونوز(گزش جانوران زهر اگین)

صفدر کریمی