

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,最全攻略请收下

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”,导致23人被蜇伤,送医院急救。被马蜂蜇伤、被毛毛虫刺伤、被蜈蚣咬伤、硬硬虫钻到肉里……其实,在各大医院急诊,虫咬伤害并不罕见。

在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,在上海也逐渐增多起来。

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自然跟着提高,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。



■ 闫明

蜂蜇伤:冲洗伤口、挤出毒液、涂小苏打

居家生活,收取阳台上晾晒的衣物被子时,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、马蜂蜇人后,不会把刺留在人身上,但蜜蜂会留刺。因此,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,应该用镊子拿出来。

- 3、如果就近有干净水源,马上用清水反复冲洗伤口,并用手挤压伤口附近,把毒液挤出,注意要挤压伤口直至流出鲜红血液为止,再用小苏打水涂抹患处,这样能减轻中毒后红肿。但不要用水清洗,更不要用泥糊在创面上,这样容易感染伤口。
- 4、如果出现发热、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,应立即进行现场心肺复苏,并拨打“120”。马蜂蜇伤易出现休克前兆或休克,需要及时抢救。

隐翅虫皮炎:千万别直接用手拍

隐翅虫是一种黑色的小飞虫,头部黑色,胸部橘黄色,是生长在热带和亚热带地区的昆虫,我国以南方多见。夏季较多。隐翅虫白天喜欢栖居在潮湿的草地,有很强的趋光性,晚上就爱朝着光亮的地方飞。

隐翅虫不咬人,但它的体内有一种强酸性的毒汁,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。皮炎的严重程度与皮肤接触到的毒液多少有关。

隐翅虫皮炎怎么办?

对付隐翅虫有一招是万万使不得的,那就是当它飞到你的皮肤上时,千万别直接用手把它拍死。如果身上

落有小黑虫,最简便的方法就是用手指将其弹走、吹掉或将它抖落在地。如果在皮肤上将它拍死,其体液接触皮肤就会引起皮炎,或者其体液沾到衣物上,人体皮肤再接触沾有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、接触了虫体毒液后首先应该立即用肥皂水或流水冲洗,然后可以外用炉甘石洗剂、薄荷脑膏或糖皮质激素软膏;严重的还可以加口服抗组胺药比如氯雷他定,或系统应用糖皮质激素。

同时要避免细菌感染,出现发热、头疼、恶心、淋巴结肿大等全身症状时,应及时到医院就诊。

毛虫皮炎:用透明胶带粘除毒毛

桑毛虫皮炎是指由桑毛虫毒毛接触人体后,引起的皮肤炎症反应。桑毛虫是桑蚕蛾的幼虫,虫体有无数毒毛,毒毛中心为空心管道,中有毒液,毒毛脱离后随风飘扬,接触人体后即可发病。

刺毛虫皮炎是刺毛虫的毒毛刺伤皮肤引起的炎症反应。我国常见的是黄、绿刺毛虫。皮损多发生于面、颈、手、前臂等暴露部位,皮肤被毒刺刺伤后一般先有刺痛、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。

被毛虫毛蜇到了,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,及时用肥皂水

或碱性水溶液冲洗局部,以中和毒素。

- 2、局部可外擦炉甘石洗剂、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

蜈蚣咬伤在上海地区较多见。蜈蚣的毒液呈酸性,蜈蚣咬人的伤口是一对小孔。被蜈蚣咬伤后,主要表现为局部的急性炎症:红、肿、痛、痒,严重者可见局部皮肤坏死;更严重者可见浑身麻木、头痛、眩晕、发热、恶心、呕吐等全身症状,甚至危及生命。

在室内,蜈蚣常藏身于室内地上的衣物或鞋里。在野外,遭遇蜈蚣的情况更多。

要想远离蜈蚣咬伤,该怎么做?

- 1、住在老小区的居民要注意,夏天尽量少穿较为暴露的拖鞋到长有青苔的地方,不要轻易搬动砖块,否则很可能会搬出一窝蜈蚣。
- 2、蜈蚣喜欢潮湿环境,因此要做好室内防潮工作,保持清洁干燥,避免堆积物品,不给蜈蚣提供“活动”的环境。

被蜈蚣咬伤了,怎么办?

- 1、一旦被蜈蚣蜇伤,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,人如果被蜈蚣咬伤,应该在伤肢上端2-3厘米处,用布带扎紧,每15分钟放松1-2分钟,伤口周围可用冰敷,肿胀明显者可用抽吸器或拔火罐吸出毒液,立即用碱性溶液(肥皂水)反复多次冲洗伤口,以中和酸性的毒液。
- 3、蜈蚣咬伤的痕迹是一对小孔,毒液就是顺着小孔流入的,所以一定要用碱性溶液反复冲洗,忌用碘酊或酸性药物冲洗或涂擦伤口。

3、被蜈蚣咬伤后出现发热、乏力、恶心、呕吐等症,尤其体温高于38℃的,要立即到医院就诊,并主动告知医生蜈蚣叮咬患处及处理情况。要警惕的是,蜈蚣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,严重时可能致命。因此,被蜈蚣咬伤后需密切观察,一旦出现高烧等症状立即就医。

蜱虫叮咬:不要拍打、不要硬拔、不要捏爆

蜱虫喜阴潮湿,在山区和丘陵地带最为活跃,以往在上海并不多见,但近年来,在上海被蜱虫叮咬的患者逐渐增多。在野外工作、旅游时,要做好防护,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。

要想远离蜱虫叮咬,该怎么做?

- 1、市民外出踏青可涂抹驱蚊水,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,要及时冲澡,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,该怎么办?

- 1、发现身上有蜱虫,千万不要拍打、不要硬拔、不要捏爆,不要用火或其他东西刺激它。因为蜱虫前端有倒

刺,发现蜱虫叮在身上时,千万不要生拉硬拽,要及时去医院处理。

- 2、如果就医不便,需要自行处理的话,可用酒精涂在蜱虫身上,使蜱虫头部放松或死亡,再用尖头镊子取下蜱虫,注意要垂直向上拔出,不要左右摇动。或用烟头、香烟轻轻烫蜱虫在体外的部分,使其头部自行慢慢退出。再用酒精或肥皂水清洗伤口和手,进行消毒。

海蜇皮炎、珊瑚皮炎:及时用海水冲洗蜇伤处

常见的海洋生物伤害主要来自海蜇(水母)、珊瑚类和海葵类生物。

海蜇蜇伤主要是人通过皮肤接触海蜇,因急性过敏和中毒反应而引起的皮肤局部或全身反应性疾病。海蜇触手上有大量刺胞,刺胞内含有毒液,当其触手触及人体时,从刺胞中伸出的刺丝刺入皮肤,引起海蜇皮炎,严重者可能导致死亡。

被珊瑚蜇伤的初期反应是疼痛、红斑和瘙痒,依珊瑚种类和刺伤大小而异,人体的前臂、肘和膝是易受损伤部位,蜇伤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,要选择具有合格防护措施的海水浴场或洁净的海水区,这样就大大降低了和海蜇“亲密接触”的机会。切不可贪图清静,私自跑去一些尚未开发的“野生”海滩。
- 2、在海中游泳者要加强自身防范意识,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,以免身体的皮肤暴露在外有潜在风险。

被珊瑚蜇伤,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(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,可用海水来冲洗,然后用醋或酒精擦拭患处以减轻疼痛。
- 2、用镊子拔出或剔出残留物。
- 3、使用抗组胺类药物涂抹患处减轻痒及灼烧感,亦可使用止痛药物。

(作者为上海交通大学医学院附属新华医院皮肤科副主任医师)

求医问药

你有医学健康疑问,我们邀请医学专家来解答。

tangwj@whb.cn

问 幽门螺杆菌怎么治?

答

丁慧 上海交通大学医学院附属仁济医院消化内科医生

根除幽门螺杆菌的方法主要有“三联疗法”和“四联疗法”。一般来说,若能严格遵医嘱服用药物,幽门螺杆菌根除成功率是很高的。但仍有部分患者因个体差异及耐药性差异导致根除不成功。那么,如何提高幽门螺杆菌根除成功率?治疗失败了怎么办?

首先记住这点:坚持服药,提高根除成功率。《幽门螺杆菌感染处理共识》推荐“四联疗法”作为根除幽门螺杆菌的首选方案。在临床工作中,医生会根据患者的具体情况选择根除方案,服药时间为10天或14天,患者若能严格遵医嘱服药,基本可以达到90%以上的根除成功率。

值得注意的是,根除治疗也存在副作用:由于所需服用的抗生素剂量大、疗程长,可能会对消化道造成刺激,导致恶心、腹痛、食欲减低等反应。服用大剂量抗生素还可能引起抗生素相关性腹泻,即服药后“拉肚子”次数增加,服用铋剂期间,一些患者还可能出现黑便、口中有金属味等,还有极少数患者可出现转氨酶升高。不过,上述情况在停药后可迅速恢复正常。

其次,即便根除失败,可进行补救治疗。服药后患者应在停药4周后进行呼气试验。血清学检查及快速尿素酶试验结果均不能作为判断标准。若停药4周后复查呼气试验,结果仍为阳性,可选择另一种“四联疗法”进行补救治疗。原则上不重复使用原方案。

问 前列腺癌“传男也传女”?

答

朱耀 复旦大学附属肿瘤医院泌尿外科行政副主任

众所周知,前列腺癌是威胁男性健康的常见癌症,在我们的传统认识里,前列腺癌似乎是男人的“专利”,与女性无关。其实不然。前列腺癌不仅有很强的家族遗传性,其遗传基因的变异也会大大提高女性的患癌风险,“传男也传女”之说是确有依据的。

首先,家族史是前列腺癌三大危险因素之一,简言之,如果父亲是前列腺癌患者,儿子或兄弟患前列腺癌的风险是正常人的2倍以上。

其次,前列腺癌的遗传性和致病基因“传男也传女”。

复旦大学附属肿瘤医院泌尿外科团队在国内率先开展前列腺癌的遗传基因研究,拥有全国最大的前列腺癌遗传基因数据库——来自全国各地的1800多位前列腺癌患者的遗传突变数据,其中高达12%的转移性前列腺癌患者是DNA损伤修复基因变异的携带者。

DNA损伤修复基因是身体的“清理工”,负责修复DNA异常受损的细胞,这一系列基因如果出现异常,往往导致DNA损伤的累积,最终诱发肿瘤。

其中,最有名的就是BRCA1/2基因,好莱坞女星安吉丽娜·朱莉就是BRCA1/2基因异常的携带者,通过早期预防性手术将她的乳腺癌风险从87%降至5%。无独有偶,BRCA1/2基因也是前列腺癌最常见的遗传基因异常,在恶性程度高(评分≥8)且年轻(≤55岁)的前列腺癌患者中,1/8的几率携带这样的突变。

如果父亲携带有DNA损伤修复基因(尤其是BRCA1/2)突变,子女会有50%的概率遗传。其中女性BRCA1/2携带者终生罹患乳腺癌的风险高达70%,卵巢癌的风险则达到40%。

在我们的数据库中,患病最多的一个家族中有8位携带者,5位已发生前列腺癌、乳腺癌或卵巢癌。非常让人惋惜的是,这5位肿瘤发病患者就诊时都已已是晚期,无法接受根治性治疗。如果能在出现第一位患者的时候就进行家族的遗传咨询和筛查,就有可能斩断“传男又传女”的肿瘤致病魔爪。

在我们看来,肿瘤相关遗传基因变异正是家庭健康的“警铃”,如果父亲、兄弟诊断证实为携带遗传基因突变的前列腺癌患者,就很有必要进行家庭成员的

基因检测和个性化预防,从根本上降低肿瘤的致死率。

目前,通过科学研究已初步找到靶向控制突变肿瘤细胞的药物。最新的三期临床试验证实靶向治疗能将DNA损伤修复基因突变患者的疾病进展风险降低66%。

当然,对未发生肿瘤的遗传基因变异的携带者,我们还是希望能做到更早更好。首先,针对携带者的前列腺癌预防方案不同于常规人群,PSA筛查的年龄和诊断标准都更为严密,并且,我们也推荐携带者及早采用前列腺磁共振进行精准检查,一旦影像学提示,则及早进行穿刺和全身的PSMA检查评估。

基于复旦肿瘤的数据库,我们已建立起一套定制化评估体系,有助于在遗传性肿瘤发生的早期,就能敏感检出,并实施根治性治疗方案,显著提升治愈率。

针对“传男又传女”的特点,我们开设了针对基因变异的遗传咨询门诊。与传统基于器官的诊治理念不同,遗传咨询是把具有同样基因变异的肿瘤(无论器官)放在一个门诊。比如作为泌尿外科医生,我们既能提醒前列腺癌患者的子女预防其他肿瘤的初步方案,也同样能为那些家属患有乳腺癌、卵巢癌的健康男性,提供前列腺癌可能发生的预防和早诊策略。这样的“异病同治”体系能更全面地为整个家庭提供一揽子的预防和诊断建议。



五分钟@汇诊室 本栏目由复旦大学附属中山医院和文汇报社共同推出

1 “动作迟缓,只是因为年纪大了”?

中老年人日常生活中如果持续出现动作迟缓,比如行走时自然摆臂动作减少或消失、走路拖沓、转身变慢、解纽扣及穿衣裤不灵活、夜间翻身慢、用筷子及写字变慢等,需要提高警惕,这些动作迟缓不一定是因为年纪大造成的,必要时及时就诊。动作迟缓可能涉及疾病包括:帕金森病、帕金森综合征、帕金森叠加综合征等。

2 “帕金森病=帕金森综合征”?

帕金森病和帕金森综合征都可以表现为动作迟缓,但不能完全等同,区别在于:前者一般没有特别原因,且病程多呈持续缓慢加重;后者是由于脑卒中、一氧化碳、有机磷中毒、脑炎、脑外伤等引起的,脑卒中引起的动作迟缓最为常见,且病程多呈阶梯式加重。

3 “根治癫痫需要多药齐上”?

有人为了“根治”癫痫想当然地同时使用多种抗癫痫药物,实际上这种做法不够正规。由于药物之间的相互作用,有时会降低药物的疗效,并增加药物副作用发生的风险。应尽量使用具有相同作用机制的药物联合治疗,可选择相互作用少的药物,一般来说,联合治疗的药物不要超过3种。

4 “抗癫痫治疗需要“补脑药”?

癫痫不是脑子缺乏营养,一般不需要辅助治疗的食品和药物。切勿相信所谓的“健脑药”,滥用药物不但造成钱财的浪费,还增加肝肾的代谢负担,有时还会造成性早熟、过敏、中毒等。一些有兴奋作用的“补脑药”还会诱发癫痫发作。所以,凡是用药都应该在专科医生的指导下进行。

5 “癫痫病人不能结婚生子”?

大部分成年起病的癫痫是后天获得的,只有少部分有遗传倾向,癫痫病人在发作间歇期与正常人一样,所以不影响结婚和生育。但是,建议在服用较大剂量抗癫痫药物的女性病人在备孕前请咨询专科医生根据病情调整一下治疗方案,尽量增加受孕机会、降低胎儿发生各种畸形的危险性。

本版图片:视觉中国