

Что делать при укусах

Пошаговая инструкция

Кого кусают?	Что делать?
ОСЫ И ПЧЁЛЫ Поклонниц «сладких» духов. Тех, на ком яркая одежда. Любителей пива. Осы и пчёлы любят пенный напиток даже больше, чем сладости.	 1. Выньте жало (пчёлы оставляют его всегда, а осы – только если убить насекомое во время укуса). 2. Приложите холод к месту укуса. 3. Смажьте место укуса местным средством с антиаллергическим и противовоспалительным компонентом. 4. Примите антигистамин внутрь.
СЛЕПНИ Тех, кто носит тёмную одежду. Светлая привлекает слепней не так сильно. Загорающих. Слепни часто живут вблизи воды и особенно активны в жаркую погоду. Тех, кто вспотел или искупался. Влага на теле привлекает слепней.	 1. Прозеинфицируйте место укуса. 2. Разведите в половине стакана воды 1 чайную ложку нашатырного спирта и смажьте место укуса. Это уменьшит отёк и зуд. 3. Если расчесали укушенное место, смажьте его зелёной или другим антисептиком.
КОМАРЫ Людей крупной комплекции. Комары способны «унюхать» углекислый газ, выдыхаемый человеком. Чем больше ваш вес, тем больше углекислого газа вы выдыхаете. Беременных. «Гормон беременности» прогестерон повышает температуру тела, а тепло тоже привлекает комаров. Спортсменов. Комары чувствуют запах пота и молочной кислоты, которые вырабатываются при физических нагрузках.	 1. Используйте наружные средства с противовоспалительными компонентами. Желательно, чтобы препарат был на жировой основе, которая создаст на коже плёнку и ограничит распространение впрыснутой комаром слюны. 2. Если мази нет, подойдёт лимонный сок или любое эфирное масло (чайного дерева, лаванды). Они обладают противовоспалительными свойствами и охлаждают кожу, а значит, спасают от зуда.
МУРАВЬИ Любителей пикников. Чем ближе вы к земле, тем больше вероятность укуса. К тому же еда, особенно сладкая, привлекает муравьёв.	 1. Промойте место укуса чистой водой, чтобы смыть выделенную муравьями кислоту. 2. Протрите укушенное место раствором пищевой соды. Можно сделать содовую примочку.
КЛЕЩИ Детей. Клещи живут на относительно небольшой высоте. Грибников. Клещи обитают в траве и лесной подстилке.	 1. Извлеките клеща. 2. Отвезите живого паразита в лабораторию для исследования. 3. Если выяснится, что клещ был переносчиком инфекций, обратитесь к врачу.
ЗМЕИ Рыбаков. Змеи нередко заползают в ведра и пакеты с выловленной рыбой. Дачников. Змеи неплохо себя чувствуют в компостных кучах, под досками и в кучах веток.	 1. Приложите холод к месту укуса и постарайтесь обездвижить конечность, чтобы замедлить распространение яда. 2. Наложите тугую повязку на место укуса. 3. Пейте как можно больше воды. 4. Вызовите скорую.

Инфографика Натальи КОЗЛОВОЙ

КОММЕНТАРИЙ СПЕЦИАЛИСТА



Ведущий эксперт Центра молекулярной диагностики Центрального НИИ

эпидемиологии Роспотребнадзора Михаил Лебедев:

– В плане передачи инфекций наиболее опасны иксодовые клещи. Среди заболеваний, передаваемых человеку клещами, самыми распространёнными являются клещевой вирусный энцефалит и иксодовый клещевой боррелиоз. В случае присасывания паразита обязательно отнесите извлечённого клеща на исследование в лабораторию. Если клещ оказался переносчиком возбудителей бактериальной инфекции, например боррелиоза, как правило, назначается профилактический приём антибиотиков. Если же лабораторное исследование паразита обнаружит вирус клещевого энцефалита, в течение короткого времени пострадавшему вводят противоклещевой иммуноглобулин.

И даже после этого не стоит расслабляться – через месяц желательно сдать анализ крови на наличие антител к возбудителям клещевых инфекций методом ИФА или иммуночипа.

Что касается слепней, комаров, то их укусы относительно безвредны. Малярию, лихорадку денге, жёлтую лихорадку, вирус Зика и прочие тяжёлые заболевания переносят лишь комары, обитающие в тропических странах. Правда, «отечественные» комары и слепни могут служить переносчиками филяриоза (паразитарной инфекции), однако случаи заражения очень редки.

А вот последствием укуса пчелы или осы может стать только аллергическая реакция. Передать человеку какую-либо инфекцию эти насекомые не способны.

СПРОСИТЕ ДОКТОРА АГАПКИНА

? К вечеру так устаю, что просто валю с ног. Чем может быть вызвана хроническая усталость?
С. Пенкин, Тула

– Усталость может быть либо физиологической (из-за недостатка сна, переутомления, стрессов, гипоксии и т. д.), либо патологической (вызванной сердечно-сосудистыми, онкологическими заболеваниями, нервными, психическими расстройствами). При физиологической усталости важно нормализовать условия жизни, при патологической – лечить основное заболевание.

? После отпуска на море руки и плечи покрылись веснушками. Что это? Пройдёт само или к врачу обратиться?
П. Мухин, Кострома

– Появление веснушек (скопление в коже пигментного вещества меланина) – нормальная реакция организма на солнечное излучение. В молодом возрасте веснушки могут постепенно исчезнуть. В зрелом – понадобится помощь дерматолога (криохирургия, лазерная терапия, химический пилинг, фотолечение).

ДОБРОКАМ® – ДОБРЫЙ СОН!

СТАЛА МУЧИТЬ БЕССОННИЦА. ЗАШЛА В АПТЕКУ, ЧТОБЫ ВЫБРАТЬ ЧТО-ТО ДЛЯ СНА, НО ПРЕПАРАТОВ ТАК МНОГО, ЧТО ПРОСТО ЗАБЛУДИЛАСЬ. ПОМОГИТЕ РАЗОБРАТЬСЯ.
О.П. КРИВЦОВА, 57 ЛЕТ



Полноценный ночной отдых необходим каждому из нас, а уж тем более людям старшего поколения. Для нормализации сна действительно есть множество препаратов. Средства на растительной основе оказывают на организм расслабляющее, успокаивающее воздействие, но не всегда могут справиться с нарушениями сна. Многие спиртовые настойки, которые мы все прекрасно знаем по их характерному запаху, содержат фенотропный компонент, который при регулярном применении способен привести к ухудшению памяти и интеллекта. Препараты на основе мелатонина для лечения бессонницы нужно принимать, как правило, длительно – от 3 недель. Кроме того, у них сравнительно высокая цена. Лёгкому засыпанию способствует **ДОБРОКАМ®** – безрецептурный лекарственный препарат на основе бромкамфоры. Он может содействовать снижению повышенной возбудимости, успокоению, облегчению наступления естественного сна, не вызывает привыкания. Курс приёма – 10-15 дней.

ОАО «Авексима». 125284, Москва, Ленинградский пр-т, д. 31А, стр. 1. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.