

طرق تفادي لدغ الحشرات في الصيف





إعداد: راندا جرجس

تستمتع العائلات بالخروج للحدائق والمتنزهات والشواطئ خلال فصل الصيف، ولكن لا مناص من التعرض للدغات الحشرات كالبعوض أو العناكب والقردة وخاصة مع اشتداد درجات الحرارة، ويتراوح تأثير اللسعات على الجلد والبشرة ما بين البسيط والضار، ولا يمكن منعها إلا بالمكوث في المنزل، ولذلك يجب اتخاذ الاحتياطات اللازمة عند الخروج في هذه الأوقات.

يتسبب لدغ الحشرات في الإصابة بحساسية الجلد، ويظهر رد فعل الجسم في صورة هرش وحكة وألم مكان اللسعة مع تورم يختفي خلال 24 إلى 48 ساعة في الحالات البسيطة، وربما يستمر التأثير لفترة أطول ويؤدي إلى ارتفاع درجة الحرارة والطفح الجلدي، وآلام بالمفاصل وتضخم بالغدد الليمفاوية.

ينصح الخبراء بارتداء الملابس الطويلة وحذاء مغلق عند التنزه أو المشي في الأماكن العشبية كالحدائق والخشبية كالغابات لحماية الجلد والبشرة من لدغ الحشرات، كما يجب تجفيف الملابس في درجة حرارة عالية بعد الدخول إلى المنزل، للقضاء على أي حشرات قد تكون عالقة بها.

وتُفضل بعض الحشرات النشاط في المناطق المظلمة، وتشير الدراسات إلى أن أنواع من الحشرات لا تستطيع العيش في جو درجة الرطوبة فيه أقل من 80 %، ولذلك يُعد الجلوس في الشمس آمناً للأشخاص، ولتفادي انتشار الحشرات في محيط المنزل، يُفضل تشذيب الأعشاب والتخلص من الأخشاب غير المستخدمة بشكل دوري.

ويوصي خبراء الصحة بدهن الجسم بالكريمات الطاردة للحشرات قبل الخروج للأماكن المفتوحة، واستخدام مرطب البشرة إذا تعرض الجلد للدغ، وفي الحالات الشديدة يمكن تناول دواء مضاد للهستامين تحت إشراف الطبيب.

