



如何预防红火蚁咬伤

在夏季的一个凌晨，刘女士（化名）终于完成了她在夜市摆摊的繁重工作。当她弯腰清理摊位时，一只看似不起眼的小蚂蚁悄无声息地钻进了她的鞋中。起初，这突如其来的刺痛并未引起她过多的警觉，不久后，她惊讶地发现，自己的皮肤开始出现密集的皮疹，更为严重的是，她的面部也变得肿胀，呼吸逐渐困难，视线也开始模糊。

原来，刘女士所遭遇的是一种名为“红火蚁咬伤”的过敏反应。对于某些过敏体质的人而言，红火蚁的毒液可能引发严重的症状。了解如何预防红火蚁的咬伤以及在不慎被咬伤时如何进行紧急处理，可以有效地减少红火蚁咬伤后的风险，减轻伤害。

如何有效预防红火蚁咬伤

- 了解红火蚁习性，规避高风险区域
- 在中国的广袤大地上，红

火蚁广泛分布于多个省份与地区。它们不仅出现在南部沿海的部分省份，内陆省份的某些区域也有它们的足迹，如四川盆地、长江中下游平原以及云贵高原的某些温暖地带。它们倾向于在草地、树林、花园及公园等湿度适宜且食物资源丰富的环境中构建巢穴。因此，在前往此类区域时，建议采取以下预防措施：尽量穿着长袖上衣、长裤以减少皮肤暴露，仔细观察地面以识别蚁巢或红火蚁活动的迹象，从而主动规避高风险区域。

2. 使用防虫剂，构建物理屏障

在进行户外活动时，为了避免被那些恼人的红火蚁咬伤，使用防虫剂是一种非常有效的预防方法。含有 DEET（避蚊胺）或 Picaridin（派卡瑞丁）成分的防虫剂，对多种昆虫具有显著的驱赶效果，使用防虫剂可以较长时间驱虫，为户外活动提供持续的保

护。除了使用防虫剂，还可以使用蚊帐和帐篷等防虫设备，这些设备能够有效地将人体与外部环境隔离开来，在一定程度上阻挡那些试图接近的昆虫，从而大大减少被昆虫叮咬的机会。

3. 保持清洁，减少吸引源

红火蚁的触角上布满了化学感应器，能够感知到空气中微量的糖分和油脂等化合物，这些化合物是红火蚁寻找食物的重要线索。为了降低红火蚁聚集和咬伤的风险，我们首先要做的就是保持环境清洁。无论是餐桌上的碎屑、地上的果皮纸屑，还是厨房里的油渍污渍，都应该及时清理干净。在户外用餐时，建议使用密封性良好的容器存放食物和饮料。这些容器可以有效地隔绝空气和昆虫的接触，从而防止红火蚁等昆虫爬入并污染食物。另外在用餐前后和如厕后，应及时洗手、洗脸和清洁身体其他部位，以减少身上残留的食物

残渣和异味。

被红火蚁咬伤后的应对措施

- 初步处理：肥皂水清洗，中和毒素

红火蚁咬人时，会注入一种含有多种生物活性成分的唾液，这些成分中往往包含了一定量的酸性毒素，这也是导致伤口红肿、疼痛的主要原因。因此，被咬后的第一步，便是迅速用流动的肥皂水清洗伤口。肥皂中的碱性成分能够与蚂蚁唾液中的酸性毒素发生中和反应，有效降低毒素对皮肤的刺激，为后续的处理创造有利条件。

2. 细致观察，对症施药

清洗完伤口后，我们需要仔细观察伤口的变化。如果伤口周围出现了红肿、疼痛、瘙痒等症状，这往往是过敏反应的表现。此时，可以涂抹一些抗过敏药膏，如氢化可的松乳膏等，它们能够有效减轻过敏反应带来的不适。同

时，冷敷也是一种简单而有效的缓解方法。用冷水浸湿毛巾或冰袋轻轻敷在伤口上，能够收缩血管，减少局部充血和水肿，从而进一步减轻疼痛和肿胀。

3. 情况严重，及时就医

虽然大多数红火蚁咬伤都可以通过上述方法进行有效处理，但对于过敏体质的人群来说，即使是轻微的蚂蚁咬伤，也可能引发严重的过敏反应。如果红火蚁咬伤后出现全身性皮疹、呼吸困难乃至休克等症状，应立即寻求医疗保障。

回到刘女士的故事中，经过医护人员的及时救治和精心护理，她的症状逐渐得到缓解。希望这个病例能提醒更多的人，在享受大自然美好的同时，千万不要忽视了那些看似微不足道却可能带来致命威胁的小生物。

（柳州市人民医院急诊科 黎俊睿）

如何应对轮状病毒

天气转凉的时候，出现呕吐、腹泻症状的孩子会增多，有经验的家长都知道，孩子有可能得了轮状病毒急性胃肠炎。

什么是轮状病毒

轮状病毒俗称“轮状病毒腹泻”，是全球5岁以下儿童严重脱水性腹泻的首要病因。据世界卫生组织统计，2013年全球5岁以下儿童中，约22万名儿童死于轮状病毒感染。

轮状病毒属于呼肠孤病毒科，是小儿腹泻最常见的病原体，轮状病毒为无包膜双链RNA病毒，因外观独特，病毒颗粒外形似车轮状，故命名为轮状病毒。轮状病毒主要侵犯小肠绒毛上皮细胞，造成细胞损伤，绒毛吸收能力降低，从而导致腹泻。

每年10月到次年2月是婴

幼儿轮状病毒感染高发期，6月龄至2岁是轮状病毒腹泻的高发年龄，感染年龄越小，病情可能越严重。轮状病毒主要分为A—G组类型，其中A组、B组和C组可以感染人类，其他组主要感染动物。A组轮状病毒是引起人类病毒感染的最常见类型，也是婴幼儿重症腹泻的首要病原体，呈世界性分布，全年均可发病，在温带和亚热带地区以秋冬为多见，在热带地区无明显季节性。B组轮状病毒主要发生在中国，且以成人多见，呈暴发性流行为主，有明显季节性，多发生于4月至7月。C组轮状病毒感染率很低，多呈散发流行。

感染轮状病毒的症状

- 起病急，多出现于秋季

和冬季，群体发病；

- 通常先吐后泻，“三多一少”（大便量多、水多、次数多而小便量少）；

- 大量水样便，不含脓血及黏液，有时呈白色米汤样或蛋花汤样便；

- 易引起脱水、酸中毒和电解质紊乱，脱水是该病最常见的死因；

- 轮状病毒腹泻是一种自限性疾病，一般一周左右可自愈，少数因消化功能紊乱未恢复者可较长；

- 典型临床表现，结合粪便轮状病毒抗原检测阳性即可明确诊断。

轮状病毒如何传播

- 传染源：病人和隐性感染者（无症状病毒感染者）是主要传染源。

- 传播途径：主要通过粪—口途径直接传播，也可通过接触被粪便（或呕吐物）及其飞沫污染的物品、手、用具等间接传播，进食被病毒污染的水和食物也可能引起感染。

如何应对轮状病毒

轮状病毒属于病毒，不是细菌，所以没有任何抗生素可

以治疗，也没有其他的特效药能一吃就好。宝宝感染轮状病毒后，整个病程大约会持续5天至7天，其间家长一定要小心护理：

- 预防脱水，可从药房购买儿童专用电解质，及时补水；

- 预防继发乳糖不耐受。如果没有得到及时治疗，易引发严重脱水，将给宝宝带来致命风险。

尽管被轮状病毒感染后可以自愈，但是家长们也不能小看这个病毒。出现以下任何情况，建议及时就医：

- 宝宝出现发热，小婴儿发热超过24小时，或者体温超过39℃；

- 宝宝的呕吐物有血或者便血；

- 宝宝有明确脱水表现，而且不能有效口服补液；

- 宝宝持续呕吐，无法经口补充液体，情况逐渐加重；

- 宝宝严重腹痛，固定体位后，拒绝家长触碰腹部；

- 宝宝的精神状态差，萎靡不振、嗜睡；

- 存在基础疾病，比如免疫缺陷、糖尿病、血液系统疾病等；

- 惊厥。

如何预防轮状病毒

1. 预防轮状病毒感染，接种疫苗很重要。这是目前预防轮状病毒急性胃肠炎最有效的措施，对重症腹泻的保护率可达90%以上。轮状病毒疫苗有进口五价和国产单价两种，其在适用年龄、免疫程序、预防病毒种类等方面均有不同。家长可向当地预防接种门诊咨询具体信息。

2. 儿童及其看护人要养成良好的卫生习惯，尤其是注意手卫生，不用脏手触摸口、眼、鼻和食物等，不要让儿童养成吃手的习惯，要及时清洁双手，注意消毒湿巾和免冲洗手液不能代替流动水洗手。

3. 注意家庭卫生，室内常通风，奶瓶、碗、勺等儿童的进食用具使用前须清洗干净，衣被、玩具等也要勤换洗。

4. 被轮状病毒污染的物品，要彻底消毒，可通过高温、消毒剂或阳光暴晒等多种方式。

5. 做好健康监测，及早发现和隔离病人，患病后尽量不要和其他健康人近距离接触，病人的呕吐物、粪便应消毒处理。

（柳州市人民医院儿科 罗国飞）

推动健康知识普及 提高全民健康素养

健康科普

指导单位：柳州市卫生健康委员会 主办单位：柳州日报社
稿件报送：2971813915@qq.com 电话：13977219936