

ستيب تو هيلث: كيف يمكن تجنب لسعات البعوض بفصل الصيف؟



الأحد 1 يوليو 2018 09:07 م

نشر موقع "ستيب تو هيلث" الأمريكي تقريراً، تحدث فيه عن لدغات البعوض التي تؤرق النائمين ليلاً، وتطرق إلى سبب استهداف البعوض لبعض الأشخاص دون غيرهم، مع تقديم سبل الوقاية منها.

وقال الموقع، في هذا التقرير، إن أنثى البعوض هي التي تلدغ، من خلال استخدام فمها الأشبه بالإبرة لامتصاص دم ضحيتها، وذلك من أجل إنتاج البيض. وفيما يلي، عرض لأبرز سبل الوقاية من لدغات البعوض خلال فصل الصيف.

وذكر الموقع أن لدغة البعوض تسبب الألم. أما اللعاب الذي تخلفه فيؤدي إلى ظهور نتوءات حمراء على الجلد، مرفوقة ببعض العوارض، مثل الحكة والبثور والطفح الجلدي. ولكن يكمن الخطر الأكبر في لدغات البعوض في أنها يمكن أن تتسبب في انتشار الأمراض، مثل حمى الضنك والملاريا.

وأورد الموقع أن البعوض موجود في جميع أرجاء المعمورة، وقد قيل إن هناك أكثر من 3500 نوع منها. وتضع كل أنثى حوالي ثلاثة آلاف بيضة في العام. ولهذه الأسباب، لا يمكن بأي حال من الأحوال تجنب لدغتها، إلا أن هناك بعض الأشخاص أكثر عرضة لجينات للدغة البعوض.

وأفاد الموقع بأن الأسباب التي تجعل البعوض يستهدف أشخاصاً دون غيرهم هي فصيلة دمهم. فقد كشفت بعض الدراسات أن الأشخاص الذين يحملون فصيلة دم-O- يجذبون إليهم الكثير من البعوض أكثر من الأشخاص الذين يحملون فصيلة دم A. كما أن لدغ البعوض لبعض الأشخاص مرتبط بوجود بعض المواد مثل الكولسترول والعرق والأمويا وحامض اللاكتيك. ويمكن أن تصبح لدغات البعوض واردة جداً في مناطق من الجسم توجد فيها البكتيريا الجلدية بكثافة، وعندما تكون حرارة الجسم عالية.

وأشار الموقع إلى أن لدغات البعوض ليلاً شائعة جداً، وهي لا تفعل هذا عبثاً، أو صدفة. ويبدو أن لديها ساعة بيولوجية مثل البشر، ترسلها للخروج ليلاً بحثاً عن قوتها. وعموماً، يجذب البعوض إلى الأشخاص الذين تنبعث منهم كميات كبيرة من ثاني أكسيد الكربون، على غرار كبار السن والنساء الحوامل. كما تنجذب هذه الحشرات إلى أولئك الذين لا يستحمون أو يتحركون أكثر من اللازم أو يستخدمون العطور الحلوة أو يعانون من التعرق الشديد في أقدامهم.

وأفاد الموقع بأن البعوض لا يمتلك بصراً حاداً، ولكن حاسة الشم لديه قوية، وهي التي تقوده إلى ضحيته. وتختلف الاستجابة للدغة البعوض من شخص لآخر. ولتجنب لدغاتها ليلاً، ينصح باستخدام طارد الحشرات، مع توخي الحذر الشديد عند القيام بذلك؛ من خلال تجنب رشه على بعض المواضع مثل الفم والعينين والجروح والمناطق المتضررة من الشمس.

وتجدر الإشارة إلى أنه إذا لم يساعدك طارد الحشرات على قتل البعوض، فعلى الأقل سيبقيها بعيدة عنك، مع العلم أن تأثيره قد يدوم حوالي ثماني ساعات. وفي هذه الحالة، يجب استخدام طارد حشرات يكون أقلها سمية وتفاعلاً، والأنجح في طرد العديد من أنواع من البعوض.

ونصح الموقع باستخدام الناموسيات، التي توضع على الأبواب والنوافذ وحول الأسرة، ويمكن رش بعض مبيدات الحشرات الخفيفة عليها؛ لزيادة الوقاية من البعوض. ويمكن أيضاً استخدام الأساور الطاردة للبعوض لما تحتويه من زيت السيترونيللا وبعض المواد الطاردة الأخرى.

وأشار الموقع إلى أنه يمكن ارتداء بعض الملابس المناسبة التي تكون طويلة وذات ألوان فاتحة، التي من شأنها أن تقي الشخص من لدغات البعوض. كما يمكن اللجوء إلى الطب الطبيعي، من خلال إنبات الزرع أو وضع بعض المواد الطاردة للبعوض في مداخل المنزل، مثل الخل والريحان وشجرة الكينا والزعتر.

وفي الختام، ذكر الموقع أنه يمكن الوقاية من لدغات البعوض من خلال اتباع الإجراءات الصحية العادية، مثل تعقيم الملاءات بالماء الساخن وتنظيفها باستخدام المكنسة الكهربائية للوقاية من الحشرات. أما في حال تعرض الشخص للدغة البعوض، فينصح بغسل موضع اللدغة مع الحرص على عدم حكها ووضع كمادات باردة. وإن زاد الألم عن حده الطبيعي، فيمكن استخدام مضاد الهستامين الذي يوصي به الطبيب. وإن تعرض موضع اللدغة للعدوى فيجب زيارة أقرب مستشفى.