

مددجوی گرامی: لازم است برخی موارد لازم در مورد نحوه

مراقبت از خود در منزل را بدانید.

عقرب گزیدگی

عقرب گزیدگی و مارگزیدگی دو اتفاق شایع در مناطق گرمسیری و بیابان ها هستند و معمولا افرادی که در این مناطق ساکنند و یا به این مناطق سفر می کنند، دچار مارگزیدگی و عقرب گزیدگی می شوند. البته فراموش نکنید که می توان با دانستن درمان های فوری و کمک های اولیه از آسیب های اینگونه اتفاقات پیشگیری کرد.

عقرب زدگی و مارگزیدگی در شرایطی خاص و بیشتر در مسافرت برای افراد پیش می آید و زن و مرد و سن و سال هم نمیشناسد. البته می توان با به کاربردن کمک های اولیه **عقرب گزیدگی** و **مارگزیدگی**، از بیشتر عوارض این گونه حوادث پیشگیری کرد.

علائم عقرب گزیدگی

به طور کلی، معمولا عقرب گزیدگی موجب احساس درد و ناراحتی شده که به مرور زمان، کمتر می شود. احساس ناراحتی که در زیر برای تان توضیح می دهیم، می تواند از متوسط تا شدید باشند. کسی که عقرب او را نیش زده احساس درد، سوزش و یا کرختی در ناحیه ی نیش زدگی می کند. واکنش بدن در ناحیه ی **عقرب گزیدگی** می تواند خفیف باشد. به ندرت پیش می آید که فرد در سراسر بدن، با علائم شدید یا واکنش شدیدی مواجه شود.

- کرختی گسترده در بدن
- مشکل در بلع
- بند آمدن زبان
- تاری دید
- سفید شدن چشم
- حمله ی صرع
- افزایش ترشح بزاق
- تنگی نفس

اقدامات لازم هنگام عقرب گزیدگی

- محل **عقرب گزیدگی** را با آب و صابون بشویید و هر گونه زیورآلات را خارج کنید، زیرا تورم بافت آسیب دیده ممکن است گردش خون را دچار مشکل کند.
- کمپرس سرد بگذارید. ۱۰ دقیقه کمپرس کنید و ۱۰ دقیقه کمپرس را بردارید.
- برای تسکین درد می توانید از قرص استامینوفن، هر چهار ساعت یکبار استفاده کنید.
- تا وقتی به بیمارستان برسید، روی ناحیه گزیدگی، به طور مداوم یخ بگذارید.
- اگر خطری برای دیگران وجود ندارد، عقرب مرده یا آسیب دیده را با دقت و احتیاط داخل یک ظرف درپوش دار بگذارید تا آن را به پزشک نشان دهید.
- جهت کم شدن درد **عقرب گزیدگی** و نقصان اثرزهر آن می توان سوسنبر را با مقداری عسل خورد.

ممنوعیت های هنگام عقرب گزیدگی

- هیچ آنتی بیوتیکی استفاده نکنید.
- زخم را به هیچ عنوان دستکاری نکنید.
- به هیچ عنوان سعی نکنید که زهر را با دهان و مکش از محل **عقرب گزیدگی** بیرون بیاورید.

علائم مارگزیدگی

علائم نیش مار غیر سمی

- بدن هیچ واکنشی ندارد.
- به محل گزیدگی نگاه کنید، دو جای دندان با نقاط کوچک، قوسی شکل و بدون جای دندان نیش مشاهده خواهید کرد.

علائم نیش مار سمی

- اسهال

- ضربان قلب نامنظم
- درد شدید در محل نیش
- تورم لب، زبان، لثه و گلو
- سردرگمی ذهنی، سرگیجه یا غش
- توده های خارش دار بر روی پوست
- تورم، قرمزی و کبودی در محل نیش
- مشکلات تنفسی و خس خس سینه
- احساس بیماری (حالت تهوع) و به دنبال آن استفراغ

عوارض شدید مارگزیدگی

- نارسایی کلیه
- خون ریزی زیاد
- مشکل در بلع و تنفس
- شوک و از دست دادن هوشیاری
- تورم شدید، تاول زدگی و سرانجام مرگ بافتی یا فلج اندام در ناحیه نیش
- شوک آنافیلاکسی

پیشگیری از مارگزیدگی

- هنگام وارد شدن به مکان خنک و سایه دار مثل یک شکاف سنگی، یک غار یا تورفتگی سنگی، سنگهای کنار چشمه ها، شاخه های سایه دار درختها بسیار دقت کنید و با سرو صدا کردن باعث فرار مار از این مکانها بشوید.
- هنگام راه رفتن در میان علفهای بلند حتما با دقت به زیر پای خود نگاه کنید و حتما هنگام راه رفتن از یک چوبدست، عصا، باتوم و.. استفاده کنید و با کشیدن آن به زمین و ضربه زدن به سنگها و یا شاخه های جلوی پایتان مار را از ورود خود آگاه کنید.
- در انتخاب کفش مناسب دقت کنید و با پوشیدن جورابه های ضخیم تا زیر زانوی خود را محافظت کنید.



بسته آموزشی خود مراقبتی

مارگزیدگی و عقرب گزیدگی

تهیه و تنظیم:

حسین دودکانلوی میلان (کارشناس پرستاری)

سحرفرح سا (کارشناس آموزش)

منابع مورد استفاده:

❖ برونر و سودارث/ درسنامه پرستاری داخلی - جراحی ۲۰۲۲ / انتشارات جامعه نگر

تدوین: فروردین ۱۴۰۱

دسترسی به سایت بیمارستان:

Tabrizhospital.ir

شماره تلفن جهت ارتباط با بیمارستان در صورت هر گونه

سوال یا راهنمایی:

۰۴۱۳۱۱۲۲۲۲۱-۰۴۱۳۱۱۲۱۱۴۲

این فکر که مارهای کوچک خطری ندارند، کاملاً نادرست است، از کجا می دانید شاید با یک بچه افعی مواجه شده باشید.

اگر در شب قصد پیاده روی دارید از چراغ استفاده کنید و جلوی پای خود را به دقت نگاه کنید.

اقدامات لازم هنگام مارگزیدگی

اقدامات و کمک های اولیه مارگزیدگی شامل تمیز کردن زخم، آرام ماندن و بی تحرک نگه داشتن منطقه آسیب دیده است.

در صورت امکان لباس های خود را در بیاورید.

محل نیش یا زخم را با مقادیر زیادی آب و صابون بشویید.

سعی نکنید مار را بگیرید زیرا ممکن است دوباره نیش بزند. مارها تا زمانی که سم خود را خارج نکرده اند می توانند به گزش خود ادامه دهند.

وسایل محدود کننده، مانند حلقه ها یا جواهرات دیگر را از بدن جدا کنید، چون در صورت تورم منطقه نیش می تواند جریان خون را قطع کند.

ناحیه آسیب دیده را خراش ندهید و سعی نکنید آن را بمکید. برش در محل نیش می تواند به اندام های زیرین آسیب برساند و خطر عفونت را افزایش دهد و مکیدن در محل نیش باعث از بین رفتن زهر نمی شود.

آرام باشید و وحشت نکنید. چون نیش مار معمولاً جدی نیستند و به ندرت کشنده است.

ممکن است در بیمارستان بستری شوید تا نیش و وضعیت شما از نزدیک مورد بررسی قرار گیرد. سعی کنید شکل، اندازه و رنگ مار را به خاطر بسپارید. شما باید به متخصصان مراقبت های بهداشتی مشخصات مار را بدهید تا در شناسایی آن کمک کنید.

بدون دقت و بی محابا دست به زیر سنگهای بزرگ و توده های علفی فرو نبرید.

اگر در طبیعت با ماری مواجه شدید سر به سرش نگذارید و خیلی آرام بدون اینکه تحریکش کنید عقب نشینی کنید و فقط از دیدن این موجود زیبا لذت ببرید.

برای پیشگیری از مارگزیدگی یک زنگوله کوچک به خود ببندند که دائماً صدا کند یا حداقل از سوت زدن، آواز خواندن و ... غافل نشوید.

هیچوقت کوله پشتی خود را با در باز بر روی زمین رها نکنید.

لباسهای خود را برای مدت طولانی بر روی زمین رها نکنید.

اگر کفش خود را در آورده اید به هنگام دوباره پوشیدن آن دقت کنید که چیزی توی آن نرفته باشد.

اگر چادر زده اید، همیشه در آن را بسته نگه دارید و به هنگام شب وسایل و مخصوصاً کفشهای خود را به داخل چادر بیاورید اگر هم به هر دلیلی ناچار به بیرون گزاردن برخی لوازم از جمله کفشهای خود شدید، حتما آنها را داخل یک کیسه غیر قابل نفوذ قرار دهید.

هرگز به یک مار حتی اگر مرده بنمایید، دست نزنید.

اگر در فاصله بسیار نزدیک (یکی دو قدم) با ماری مواجه شدید و دیدید که حالت دفاعی به خود گرفته است، خونسردی خود را حفظ کنید و سعی کنید بدون اینکه برگردید با چند قدم به عقب، خیلی آرام از آن دور شوید.

اگر متوجه شخصی و ماری در نزدیکی او شدید بدون اینکه هول شوید با صدای بلند و بدون اینکه او را بترسانید به خوبی او را راهنمایی کنید تا از منطقه خطر دور شود.