

گزیدگی

ایجاد هرگونه سوراخ شدگی، بریدگی، خراشیدگی یا پاره شدگی در سطح پوست یا مخاط فرد آسیب دیده از طریق ساختار یا ارگان تیزجانور را گزیدگی می نامند. گزیدگی به طور معمول با درد و ایجاد زخم همراه است؛ مانند گزیدگی ناشی از حشرات.

گزیدگی با تلقیح زهر به داخل بدن فرد آسیب دیده را گزیدگی سمی می نامند؛ مانند مارگزیدگی و عقرب گزیدگی.

پیشگیری از مار زدگی

- پیش از ورود به مکانهای خنک و سایه دار، مانند شکاف کوه ها، غارها، نشستن روی سنگ های کنار چشمه ها و زیرشاخه درختان، باید از نبود مار مطمئن شوید.
- از قدم زدن در میان علف های بلند خودداری گردد
- با پوشیدن کفش های مناسب (مانند چکمه و بوتین) و جوراب های ضخیم از خود محافظت کنید.
- از دست بردن به زیر توده های سنگ یا داخل توده های علف اجتناب کنید؛ زیرا در بسیاری موارد، آشیانه مارها در این نوع مکان ها است.
- از صید مارها اجتناب کنید.
- در مسافرت یا گردش در جنگل ها، پارکها یا کوهستان هایی که ممکن است زیستگاه مار باشند، کوله پشتی و لباس ها را نباید روی زمین رها کرد.
- هنگام دوباره پوشیدن کفش ها، باید داخل آنها را به دقت جستجو کرد.
- در صورت اقامت در چادر باید همیشه درب چادریسته باشد و شبها وسایل و به ویژه کفش ها را به درون چادر ببرید، و اگر برخی لوازم، از جمله کفش ها خارج از چادر مانده اند، حتماً باید آنها را داخل یک کیسه نفوذناپذیر قرار دهید.
- در مناطقی که دید کافی نیست، باید از بالارفتن خودداری کرد.
- از دست زدن به مار سمی مرده باید پرهیز کرد؛ زیرا خطر گزش در برخی مارها تا ساعت ها پس از مرگ وجود دارد.
- اوج فعالیت زمانی مارها پس از تاریکی هوا است که به شکار میپردازند؛ از این رو، هنگام پیاده روی در شب باید به دقت مراقب بود.
- در مناطق روستایی و کشاورزی، برای پیشگیری از مارگزیدگی باید:
- اطراف خانه ها را از مکان هایی که برای مخفی شدن مارها مناسب می باشند (مانند: چوب و شاخه های بریده درخت، زباله، بوته ها و گل و گیاه بلند، نخاله های ساختمانی) پاکسازی نمایید.
- شاخه های درختانی که در تماس با دیوارهای خانه می باشند را کوتاه نمود.
- انبار نگهداری محصولات کشاورزی را، دور از محل مسکونی بسازید.

- مخازن آب، حوضچه ها و استخرهای آب (با توجه به جذب جانورانی مانند قورباغه و وزغ به عنوان طعمه های مورد علاقه مارها)، میتوانند سبب جذب مارها در این مکانها شده و باید به صورت دورهای از نظر وجود و یا عدم وجود مار، بررسی شوند.
- کنترل جوندگان در اطراف اماکن مسکونی موجب کاهش ورود مارها به این مناطق می گردد
- جمع آوری هیزم در شب، با افزایش احتمال خطر مارگزیدگی همراه است.
- از راه رفتن با پاهای برهنه و یا پوشیدن دمپایی در حیاط و بیرون منزل خودداری کنید.
- در مناطق بیابانی و بیرون از شهر، در هنگام راه رفتن در شب به ویژه پس از بارندگی، حتماً از نور مناسب (چراغ قوه یا مشعل) استفاده کنید.
- در نواحی خارج از شهر، بارندگی میتواند سبب خروج مارها از لانه ها و محلهای اختفای آنها شده و پس از بارندگی احتمال مواجهه با مارها و مارگزیدگی افزایش یابد. بنابراین در مناطق مارخیز، در هنگام راه پیمایی در جاده به ویژه در شب باید مراقب بود.
- در هنگام رانندگی با وسایل نقلیه، از زیر گرفتن عمدی مارهای درجاده خودداری شود. این امر ممکن است سبب زخمی شدن مار و افزایش خطر حمله مار زخمی به عابرین پیاده گردد. از طرفی احتمال اینکه مار به زیر وسیله نقلیه پیچیده و در هنگامی که وسیله نقلیه متوقف است از سوراخها و منافذ کف آن خزیده و وارد خودرو گردد، وجود دارد.
- از نزدیک شدن و آوردن کودکان به نواحی مارخیز خودداری نمایید.
- به جامعه در معرض خطر آموزش دهید در صورت مارگزیدگی از رانندگی خودداری کنند زیرا ممکن است دچار بیهوشی ناگهانی و یا سرگیجه گردد

پیشگیری از عقرب زدگی:

مهمترین قسمت پیشگیری آگاهی دادن و آموزش همگانی درباره عقرب ها و راه های پیشگیری از آسیب های ایجاد شده توسط این جانوران است. مهمترین اقدامات پیشگیرانه شامل موارد زیر هستند:

- نوسازی خانه های قدیمی
- قبل از پوشیدن لباس و کفش در مناطق عقرب خیز از بنودن عقرب در آن ها اطمینان حاصل نمایید. لباسهای خود را قبل از پوشیدن تکان دهید
- استفاده از تخت های بلند و پایه دار و گذاشتن پایه های تخت در قوطی یا ظرف آب
- کشاورزان و کارگران در کشتزار ها از دستکش ضخیم استفاده نمایند
- احتیاط در بیرون آوردن میوه از صندوق های میوه
- از دستکاری لانه های پرندگان جلوگیری شود (به خصوص کودکان)
- پرورش ماکیان در مناطق عقرب خیز موجب کاهش تعداد عقرب ها می شود
- برای از بین بردن عقرب ها بهتر است نزدیک محل زندگی آنها یک گونه خیس گذاشته شود تا به علت خنک بودن زیر
- گونی جمع شوند
- نخاله ها و باقیمانده های ساختمانی را در منزل نگه داری نکنید

- کنترل جمعیت سوسری ها و پشه ها و سایر بندپایان در مناطق عقرب خیز در منازل و اطراف آن ها مانع از ورود عقرب ها به خانه ها می شوند
- استفاده از روش های سمپاشی در اماکن خارجی و اماکن داخلی نیز یکی از روشهای پیشگیری از عقرب زده گی است.

در صورت مورد گزش قرار گرفتن توسط مار و عقرب به مراکز منتخب جامع سلامت ، بیمارستان، مرکز درمانی که آنتی ونوم دارند مراجعه و نسبت به دریافت به موقع آن اقدام نمایند