

夏季蚊虫扰人 科学巧避侵扰



入夏后蚊虫活动加剧,蚊患问题日渐突出,科学防控是关键。做好室内和户外防护与驱避,并合理使用杀虫剂,有效抵御蚊虫叮咬,保障健康。

蚊子偏爱O型血? 别再被误导了!

有传言称“蚊子更偏爱O型血的人”,事实并非如此!专家表示,目前没有任何权威医学研究和临床证据证实蚊子偏爱O型血。

蚊子的视力极差,无法在几米外识别人类血型。不同血型人群的汗液、体味等分泌物也无显著差异,不足以让蚊子精准区分。科学界虽有少量小型实验提出相关猜测,但实验样本量小、环境可控性差,结论未被主流学界认可。

真有“招蚊体质”吗? 这7类人确实更容易招蚊子!

既然血型不背锅,那蚊子到底为什么专叮你? 爱出汗、新陈代谢快、汗腺发达的人相对来说更容易被蚊子咬。“招蚊体质”有啥特点? 符合以下任何一种情况,说明你很容易被蚊子“盯上”↓

• 呼出气体二氧化碳浓度较高人群

蚊子只能看到距离眼前10米左右的物体,头顶上的两个化学感受器能帮蚊子感受周边二氧化碳的浓度,因此它们更喜欢二氧化碳浓度高的地方。有一部分人呼出的气体中,二氧化碳浓度较高,会比较容易招蚊子。

• 运动后人群或较胖人群

运动后,新陈代谢快,皮肤汗液中乳酸、尿酸浓度大,同时,氨的排放量增加。此时,二氧化碳的浓度也会升高,更受蚊子“青睐”,较胖的人群也容易因此“中招”。

• 皮肤表面菌群二氧化碳浓度高人群

有些人皮肤表面有纤毛菌、放线菌或葡萄球菌,这些细菌在代谢过程中会产生二氧化碳,吸引蚊子。

• 饮酒后人群

夏日炎炎,不少人喜欢喝点啤酒或白酒,皮肤会因此分泌更多的二氧化碳,容易招蚊子。

• 孕妇

孕妇的新陈代谢比正常人多21%,体温也会高0.5~0.7℃,更容易招蚊子。

• 穿深色衣服的人群

蚊子喜欢深色,身着红色、黑色等颜色较深的衣服时,容易吸引蚊子。

• 遗传因素

“招蚊体质”也有遗传因素,爱招蚊子的朋友可以观察一下,家人是否有相同的烦恼。

蚊子包巨痒? 别乱挠,4招快速止痒

被蚊子咬后,千万别乱挠。专家提醒,抓挠只会越挠越肿、越挠越痒,还容易破皮感染、留黑印。被蚊子咬了如何快速止痒? 不妨试试这4招↓

冷敷:用干净毛巾裹上冰袋或冷毛巾,敷在蚊子包上10~15分钟,能快速压下痒感、收缩血管。勿直接冰敷,避免冻伤。

药物止痒:轻度痒痒时可涂炉甘石洗剂,能收敛止痒,儿童孕妇也可用。

碱性中和:可用家里的肥皂水、小苏打水(1勺小苏打+半杯温水)涂抹,通常1~2分钟就能快速止痒。

严格避免抓挠:建议轻拍患处止痒,儿童可戴手套防抓,若疼痛明显需就医。

需要注意的是,出现以下4种情况,千万别大意! 应及时就医↓

• 有蚊虫叮咬史,并形成直径1厘米以上的大包,或出现局部成片起包的情况。

• 蚊虫叮咬一到两周内,出现持续高烧的情况。

• 蚊虫叮咬后,明显伴有关节和肌肉酸痛。

• 就诊时,发现白血球、血小板、肝功能指标出现异常。

做好这几件事,能有效防蚊灭蚊→

在日常生活中,记住“清、防、灭、查”四字诀。

01 清积水,铲除蚊虫“老巢”

蚊子的卵、幼虫和蛹都离不开水,清除积水是防蚊灭蚊的关键一环。

02 防叮咬,打造物理屏障

物理防护是最基础也最有效的方法。

03 灭成蚊,精准科学用药

发现家中有成蚊时,可使用电蚊拍、灭蚊灯等物理措施进行“精准打击”,也可以使用科学使用杀虫剂,如电热蚊香液、蚊香片、杀虫气雾剂等。

04 查隐患,持续监测预警

定期检查家中及周边环境有无新的积水点,及时清理。

一、家庭如何防蚊灭蚊

蚊子的一生要经历卵、幼虫、蛹和成虫四个阶段,前三个阶段都在水中度过,因此“蚊虫防治,治水为先”。夏天降雨频繁,积水增多,蚊子有了更多的繁殖场所。蚊子的繁殖能力强、周期短,单次产卵200~300粒,并可多次产卵,卵经过10天左右经历幼虫、蛹,就会羽化为成蚊飞出水面。

家庭防蚊首先要翻盆倒罐、清除积水,从源头减少蚊虫孳生。同时安装纱门纱窗阻止蚊虫进入室内,室内可使用蚊帐、电蚊拍等物理手段防止叮咬,还可使用登记合格的蚊香、气雾罐等用品驱蚊灭蚊。

居民家庭和各类单位可参考国家标准《病媒生物综合管理技术规范 环境治理 蚊虫》进行孳生地清理:对于空调接水容器、花盆托盘、室外废弃的塑料薄膜形成的积水,以及各类盆罐等积水容器,要做好翻盆倒罐,及时清除积水;对于种养水生植物的容器,每周换水一次,并冲洗植物根部、洗刷容器内壁;小型容器可用粗砂、碎石填充;对于暂时不用的蓄水桶(缸)、罐子等容器,应倒扣放置或加盖;不易清除的积水容器可配适合的盖子或加盖纱网防止蚊虫孳生。

二、户外活动如何防蚊

第一,穿浅色衣服。外出时建议穿浅色长袖长裤,减少皮肤裸露。在蚊虫活跃地点和高峰期,尽量避免在树荫、草丛、水边长时间停留。婴幼儿在户外活动时以物理防蚊为主,包括穿着宽松的防蚊衣裤,婴儿车上可以使用纱巾或专用的小蚊帐。

第二,使用驱蚊剂。在户外活动时,身体外露部位可涂抹驱蚊剂防止蚊虫叮咬。按照产品说明书使用剂量、频次使用,同时需要注意产品的有效保护时间,及时补涂,回到室内后及时清洗。

外出旅行时,建议提前了解目的地的蚊媒疾病流行情况,合理准备适当的防蚊物品。

若不慎被蚊虫叮咬,可采用冰敷等方式缓解痒感,必要时就医进行抗过敏治疗,避免用力抓挠而引发感染。若出现发热、寒战、关节或肌肉疼痛、皮疹等症状,应尽早就医,并主动告知医生近期的旅居史和可能的蚊虫暴露情况,以便及时诊断和规范治疗。

三、正确使用杀虫剂

蚊香:入睡前,在密闭房间点燃蚊香1小时,然后开窗通风(纱窗要密闭)。将蚊香放在通风处上风向,也可起到驱赶蚊子的作用。电蚊香在使用时要注意药品/药液和加热器的配套安全使用。

杀虫气雾剂:黄昏时是蚊子活动的高峰期,此时使用气雾剂效果最佳。喷洒完后最好关闭门窗半小时到一小时,然后再开窗通风。使用杀虫气雾剂时尽量不要朝衣物、床单、家具、皮肤、餐具喷洒。不要让婴幼儿接触杀虫气雾剂。蚊子数量不是很多时,不建议使用杀虫气雾剂。