

# 蚊虫虽小 伤害可不小

天气暖和,春暖花开,万物复苏,在享受美好春夏时光时,被蚊虫叮咬是一件令人烦恼的事儿。特别是过了惊蛰后,害虫活动越来越频繁。蚊虫虽小,但造成的伤害却不小。据世界卫生组织今年公布的数据,每年有 100 万人因为蚊虫叮咬而死亡。因此,今天的话题是如何远离蚊虫侵扰,让我们健康快乐地度过春夏。

## 防蚊注意家中植物

首先说说蚊子,大家很熟悉蚊子,也很痛恨蚊子。那蚊子的危害有多大,习性是什么,我们怎么来预防呢?

世界卫生组织称,在所有害虫中,蚊子是第一大致命杀手。蚊子叮咬后除了瘙痒,还会主要传染 4 种疾病:第一种是疟疾,疟疾已被世界卫生组织列为和癌症、结核病一样的三大危险疾病之一。疟疾对脾的影响最大,会造成脾肿大,最后导致死亡。第二种是登革热(骨痛病),致死率在 15%~50%。在我们国家主要在广东、广西,且在 6 月~11 月多发。虽然在北方较少,但只要有蚊虫叮咬,就有得登革热的可能。第三种是乙脑,不过乙脑现在有疫苗,孩子是主要的受害对象。最后一种是基孔肯雅热,这是一种外来病,这个病对关节的伤害极大,几个小时就能让关节丧失功能。

接下来,我们认识一下蚊子。蚊子从卵变为成虫,也就 20 多天的时间。因为幼虫和成虫长相完全不同,一般很难辨认它的幼虫。蚊子在变成成虫之前一直在水中,因此水对蚊子很重要。蚊子的飞行距离不长,也就是几十米到几百米,如果你被蚊子叮了,一定是附近有蚊源。多数蚊子习惯在傍晚和晚上活动,但也有在白天叮人的,如白纹伊蚊(即花蚊,对人攻击力最强的蚊子),因此,防蚊不能仅在晚上。蚊子叮人是为了繁殖,秋后,蚊子为了过冬,会加快繁殖速度,所以有“秋后蚊子猛如虎”的说法。

那蚊子喜欢叮什么样的人呢?这是很多人都感兴趣的问题,当然,民间也流传着各种说法,如血型说、性别说等。但科学证实,蚊子主要根据以下几个原则来选择叮咬对象,第一,释放二氧化碳多的人,蚊子头部有很敏感的感觉器官,它对人呼出的二氧化碳很敏感,因此,块头大、呼吸快的人招蚊子;第二,爱出汗的人爱招蚊子;第三,新陈代谢快的人招蚊子,如小孩;第四,穿深色衣服的人招蚊子,白纹伊蚊很喜欢黑色,登革热和基孔肯雅病的主要病媒就是它。

了解了蚊子的特点后,我们就可以更好地预防蚊子叮咬我们,具体应做到以下几点:

第一,“翻盆倒罐”。蚊子最喜欢水,为了不让它繁殖,喜欢养植物的人就要注意了,家中养植物,特别是养水生植物就很招蚊子,因此要清除家中多余的水,不用的花盆扣过来。水生植物要勤换水,托盘里有水的要赶紧倒掉。不过,养鱼的不用担心,鱼会吃掉蚊子的幼虫,净化水中环境。

第二,安好纱窗纱门,不要让蚊子进房子。如果发现室内蚊子不多,用灭蚊灯,不要用药,用灭蚊灯时,把其他光源关掉,以免影响灭蚊效果。

第三,灭蚊药,这是杀死蚊子最直接有效的方法。灭蚊药有蚊香和喷药,如何选择呢?

首先,要看三证。1.农药登记证;2.生产许可证;3.产品标准号。蚊子也有抗药性,光换牌子效果不一定好,要看成分,尽量选择不同成分,今年用一种明年可以换一种,有些蚊香有安全提示,不要忽略安全提示,要按照上面的指示做。

其次,我们要注意蚊香和喷药在使用时的一些注意事项。有的人喜欢用盘香,不过长期闻盘香对鼻黏膜伤害较大,有条件的最好别用盘香。电蚊香和电热液体蚊香原理相同,都是通

过加热将药释放出来。电热蚊香怎么使用才能保证效果呢?提前一两个小时插上,让其加热,同时放在房子的上风向处,可以让蚊香更好地弥漫在整个房间中。不过整夜都使用蚊香对健康不好,因此,可以睡前两三个小时插好蚊香,紧闭卧室门窗,将蚊子闷死,睡觉时,拔掉蚊香,开窗通通气就好了。需要特别注意的是,有的人蚊香片用完了,蚊香器还好着,就只买了蚊香片,不换蚊香器,这样是不对的,最好配套使用,因为有的加热器只能加热到 150℃,但有的蚊香片在 160℃才能挥发,因此,最好蚊香片和蚊香器配套使用。

最后说说气雾剂,它和蚊香片原理不同,气雾剂只有接触蚊子才能杀死蚊子,应以 45 度仰角喷一圈,这样气体挥发在整个屋子后,蚊子接触到气体就会死亡,往地上喷效果不大,气雾剂对人体伤害也很大,因此此

不要太多,喷完也别在屋里待着。还有,往身上抹的驱蚊剂,一般 4 小时内有效,抹驱蚊剂前要先在局部试试,看是否过敏。花露水和驱蚊剂不一样,只有驱蚊花露水才有驱蚊效果。

此外,婴幼儿的房子最好用物理方式驱蚊,2 岁以下的小孩不要用含避蚊胺成分的药物,否则会对小孩的神经系统和皮肤造成伤害。如果一旦

被蚊虫叮咬,不要挠,以防感染。

## 蜱虫叮咬,去医院就诊

说完蚊子之后,我们说说蜱虫。春季是蜱虫活动最频繁的季节。去年山东发生的多起蜱虫咬死人事件让很多人对其产生深深的恐惧。蜱虫叮咬会释放麻醉剂,因而对人刺激小,感觉不到。但蜱虫将血液当作食物,因此,一般吸血时间会有十几个小时,最长能到十几天。蜱虫的成虫和幼虫都吸血,喜欢的温度是 15℃~20℃,日出后两小时和黄昏活动,中午在草里呆着。蜱虫叮咬后摘下来很困难,它的口器是倒钩状的。现在城区里是不会有蜱虫的,蜱虫更多出现在郊外。蜱虫对人的危害,最直接的是蜱炎,还有出血热等其他多种疾病。

蜱虫的预防主要在郊游期间,如果带宠物,就要给宠物做好防治,可以去买一些防虫药给宠物。但最主要的还是个人的预防,在郊外时,不要长期坐在草地上,最好穿长袖长衣,不要穿凉鞋,尽量穿浅色的衣服,衣服面料最好光滑一些,戴帽子,出去的一行人还要相互检查一下,可以抹点驱蚊剂,也能驱赶蜱虫。

如果一旦被叮咬,最好到医院让医生处理,不要擅自处理,蜱虫受到刺激后,很可能会抓得更紧,也可能释放出更多的毒素,如果强行拉扯,很可能将自己的皮肉撕下,捏破的体液,也有毒性。医生处理会先麻醉它,麻醉之后,蜱虫的口器会放松,就比较好取下来。

## 防臭虫,常查旧家具

最后说说臭虫,年龄大一些的人都知道它是四害中的一种,现在应该很少见了,但去年京沪高铁上又发现了它,且最近在北京也发现了臭虫的踪迹,因此我们有必要了解一下它。臭虫分为温带臭虫和寒带臭虫,一般见到的是温带的,寿命 9 个月~18 个月,繁殖快,理论上一只臭虫 6 个月就能繁殖将近 1 万只。臭虫的成虫和幼虫都吸血,多在凌晨到清晨的时间段吸血。臭虫喜欢团队作战,因此,臭虫吸血时不止一只,通常是十几只,甚至二十几只一起吸血,吸血的量非常大,长期被臭虫吸血会导致贫血。臭虫喜欢钻在席梦思里、沙发里等。臭虫主要的危害是叮咬和吸血,目前还不确定臭虫主要传播的疾病有哪些。

臭虫治理首先要搞好卫生,特别是一些旧的家具,很多臭虫都是在旧的席梦思里。木板床好处理,直接用开水烫,但席梦思就比较麻烦。不过臭虫的耐药性差,只要是杀虫剂,对它都有效。(王黎洋)