



Mirtiną pavojų gali sukelti vabzdys, su maistu ar gėrimu patekęs į burną ir įgėlęs į liežuvį, gomurį ar minkštuosius audinius. Tada kuo skubiau reikia kreiptis į medikus ar kviešti greitąją pagalbą.

#### Belaukiant medikų būtina padėti nukentėjusiajam:

- Nuraminti.
- Jei žmogus sąmoningas, padėti jam atsisėsti ar atsigulti.
- Jei dūsta – pasodinti, kad būtų lengviau kvėpuoti.
- Jei jaučia silpnumą ir svaigsta galva, paguldyti ir kojas pakelti aukščiau už galvą.
- Būtina stebėti ir įvertinti gyvybinius požymius: sąmonę, kvėpavimą, pulsą, odos pokyčius.
- Jei nukentėjusysis prarado sąmonę ir nustojo kvėpuoti, kuo skubiau atlikti dirbtinį kvėpavimą (30 krūtinės paspaudimų, 2 įpūtimai).

#### PREVENCINĖS PRIEMONĖS NUO VABZDŽIŲ ĮGĖLIMO



- Būkite akylai valgydami ar iškylaudami lauke, nes vabzdžiai mėgsta nutūpti ant kvapnių ir saldžių maisto produktų, įvairių vaisių, ledų, šokoladų ar gėrimų.
- Skysčius gamtoje gerkite tik iš permatomos taros – taip lengviau pastebėsite į gėrimą įkritusį vabzdį ir išvengsite vabzdžio įgėlimo į liežuvį ar minkštuosius burnos audinius.
- Prieš sėsdami ant kokio paviršiaus apžiūrėkite, ar nėra aplinkui vabzdžių.
- Nevaikščiokite basomis po žydinčias pievas.



- Jei esate jautrūs bičių ar vapsvų nuodams, visada su savimi nešiokitės gydytojo paskirtus vaistus.
- Dirbdami lauke, poilsiaudami gamtoje, pasirūpinkite repelentais, kurie gali atbaidyti uodus, erkes, kitus vabzdžius ir sumažinti įkandimų riziką.



[www.smlpc.lt](http://www.smlpc.lt)

Daugiau Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centro parengtų atmintinių rasite čia:



# PIRMOJI PAGALBA IŠTIKUS ALERGINEI REAKCIJAI



## ALERGIJA – KAS TAI?

Alergija – tai ypač stiprus žmogaus organizmo apsaugos sistemos atsakas į iš aplinkos patekusias, paprastai žmogui nekenksmingas medžiagas.

Su šiomis medžiagomiskovoja antikūnai, kurie, sąveikaudami su alergenais, sukelia alerginį susirgimą.

Pati pavojingiausia reakcija – anafilaksinis šokas (anafilaksija) – greitai besivystanti (nuo kelių minučių iki 2 val. po kontakto su reakciją sukėlusiu veiksniu) ir pažeidžianti dvi ir daugiau organų sistemas: odos, kvėpavimo, virškinimo, širdies ir kraujagyslių, centrinės nervų sistemos.

## KAS SUKELIA IR KAIP PASIREIŠKIA ANAFILAKSINIS ŠOKAS?



Anafilaksinį šoką gali sukelti patys įvairiausi veiksniai – žiedadulkės, vabzdžių įkandimai (širšių, bičių, kamanių ar skruzdėlių), maisto produktai (riešutai, vištų kiaušiniai, vaisiai ir daržovės, žuvies ir pieno produktai), medikamentai (dažniausiai penicilino grupės antibiotikai). Reakcija iš pradžių gali atrodyti visai nekaltai – čiaudulys, akių paraudimas, nežymus odos bėrimas, tačiau netrukus atsiranda ir gyvybei pavojingų simptomų.



*Anafilaksinį šoką galima įtarti, jeigu pasireiškia vienas iš šių trijų požymių:*

- **Ūmi ligos pradžia** (nuo kelių minučių iki kelių valandų), kai yra odos, gleivinių ar jų abiejų pažeidimų (dilgėlinis bėrimas, odos niežulys ar paraudimas, lūpų, liežuvio, akių, ausų patinimas).



- **Kvėpavimo sutrikimas** (dusulys, švokštimas, bronchų spazmas, pasunkėjęs įkvėpimas ir iškvėpimas, kosulys, užkimimas, staiga atsiradusi vandeninga sloga, nosies užburkimas, negalėjimas ryti).
- **Sumažėjęs arterinis kraujo spaudimas ar su tuo susiję simptomai** (hipotonija, sinkopė, nevalingas šlapinimasis ir (ar) tuštinimasis).



## KAIP PADĖTI?



Asmenims, kuriuos nors kartą gyvenime buvo ištikęs anafilaksinis šokas, rekomenduojama su savimi nuolat turėti adrenalino injektorių ar vaistų nuo alergijos.

Jei nukentėjusysis turi adrenalino injektorių, reikia jam padėti susileisti vaistų dozę į raumenis. Jei nepalengvėja, veiksmą pakartoti po 10–15 min.

Jei jis turi vaistų nuo alergijos, reikia nedelsiant juos sugirdyti.

**Ištikus anafilaksiniam šokui nedelsdami skambinkite pagalbos telefonu 112.**



**Kol atvyks medikai, padėkite nukentėjusiajam.**

- Jei jį pykina, paverskite ant šono, kad nepaspringtų.
- Atlaisvinkite kvėpavimo takus, prasekite viršutinius drabužius, kad būtų lengviau kvėpuoti.
- Stebėkite gyvybinius požymius.
- Jei žmogus nekvėpuoja, patikrinkite pulsą ir nedelsdami padėkite širdies masažą – 30 paspaudimų ir 2 įpūtimai. Atlikite šį veiksmą, kol nukentėjusįjį perims greitosios pagalbos medikai.

## PIRMOJI PAGALBA ĮGĖLUS VABZDŽIUI

Negalavimai, atsiradę nuo vabzdžio įgėlimo, skiriasi priklausomai nuo įgėlusio vabzdžio rūšies.

Įgėlus vapsvai, mašalui oda parausta, patinsta, niežti, kartais gali susidaryti pūslelės.

Įgėlus bitei ar širšei, įgėlimo vietoje juntamas aštrus skausmas, deginimas, patinimas oda parausta, jaučiamas niežulys.

Įgėlimo vietoje lieka geluonis, kuris nuodus leidžia ilgiau nei minutę, todėl jį kuo skubiau reikėtų ištraukti.

Svarbu nesuspausti nuodų maišelio: geriausia geluonį traukti tvirtu plastiko kortele ar bukąja peilio geležtės dalimi – atsargiai nubraukiant geluonį į šoną.

Pašalinus geluonį odą reikia dezinfekuoti, o įkandimo vietą šaldyti 15–20 min., padaryti 15–20 min. pertrauką ir vėl šaldyti.

Pažeistą vietą galima patepti antihistaminiais tepalais. Galima išgerti antihistamininių vaistų, kurie malšina niežėjimą, patinimą.



## KOKIE POŽYMIAI BYLOJA, KAD PRASIDĖJO ALERGINĖ REAKCIJA?

- Oda aplink įgėlimo vietą pradeda raudonuoti, tinti.
- Atsiranda viso kūno dilgėlinis bėrimas.
- Padažnėja ir pasunkėja kvėpavimas, gali atsirasti švokštimas.
- Gali atsirasti dusulys.
- Krenta kraujospūdis.

