



蚊子虽然只有小小一只,危害却不可小觑,其在造成人类死亡的动物中,排名居第一。这是因为,蚊子可以传播疟疾、乙脑、登革热、基孔肯雅热等疾病。

今年7月,广东佛山发生境外输入继发的基孔肯雅热聚集性疫情以来,多地号召市民开展爱国卫生运动,清除蚊虫孳生地 and 杀灭成蚊,降低蚊虫密度,防蚊虫叮咬,阻断疫情传播扩散风险。

“蚊虫确实是个微型杀手,会传播80多种疾病,给人体健康甚至生命带来威胁。”具体如何灭蚊?如何防病?来听听湖南省胸科医院专家怎么说吧。

■三湘都市报全媒体记者 高煜棋 通讯员 乔木 刘成琳 曹爱民

# 小蚊虫大危害!防蚊防病学起来

## 蚊虫为何“杀伤力”大?如何有效防蚊灭蚊?专家支招

### 04 防蚊灭蚊

#### Q1:为何蚊虫“杀伤力”这么大?

湖南省胸科医院综合门诊部主任、主任医师李升炉表示,对人类来说,蚊虫叮咬最可怕后果是传播致命的传染病。

世界卫生组织数据显示,在所有害虫中,蚊子是“第一大致命杀手”,每年约有70万人因蚊虫叮咬染病致死。

蚊虫叮咬后会传播如疟疾、流行性乙型脑炎、丝虫病、登革热、寨卡病毒以及最近关注度较大的基孔肯雅热等蚊媒传染病,这些疾病虽都通过蚊子传播,但在传染源、症状及应对方式上各有差异。

#### Q2:O型血的人更招蚊子吗?

不少人都有这样的经历,一群人坐一起,有的人不一会儿就被叮出大包,有的人却完全不被叮咬。

网上有种说法:蚊子喜欢叮咬O型血的人,其实这是没有科学依据的。

专家介绍,蚊子分为雌雄两性,其中只有雌蚊子会吸血,因为它们需要血液来孕育卵子。雄蚊子则主要以花粉和汁液为食,生命期很短。

李升炉介绍,蚊虫主要依靠感觉器官来定位,它们会对二氧化碳、乳酸、体温、体味等产生兴趣。这些因素都可以反映出一个人的代谢水平和健康状态,对于雌蚊子来说,这些都是它们选择叮咬对象的重要依据。

研究发现,新陈代谢快的人、呼吸频率快的人、出汗多的人以及较胖人士、爱化浓妆的人、爱喝酒吃肉的人、夏天出门穿深色衣服的人、洗澡频率低的人容易被蚊虫叮咬。

“被蚊虫叮咬后不要反复抓挠,一般10—15分钟后,痒感就会明显消退,可用肥皂水或盐水清洗止痒,或用复方炉甘石洗剂等外用药物。”李升炉提醒,不建议在蚊子包上掐米字止痒。

如果被蚊虫叮咬后出现发烧、头痛、血尿、喉头水肿等情况,需立即就医,进行相关检查。

### 家庭防蚊清单

家庭作为蚊虫孳生和叮咬的高频场景,是防控的第一道防线。湖南省疾控中心专家反复强调,没有积水就没有蚊虫孳生,没有蚊虫就没有基孔肯雅热和登革热的传播。为了从源头切断传播链,守护群众的健康,疾控专家指导制定了这份《家庭防蚊清单》。

- 阳台/窗台** 要重点清理积水容器
- 厨房** 杜绝隐蔽积水
- 卫生间** 保持干燥无积水
- 客厅/卧室** 排查小角落
- 户外/庭院** 确保排水通畅

制图 谢偲祺

#### Q3:如何有效防蚊灭蚊?

李升炉给出四点建议。

1、养成随手关好纱窗、纱门的习惯;2、出汗后及时洗澡,保持皮肤清爽;3、避免在黄昏和黎明等蚊子多的时候外出,避免在凉亭、绿化带等户外阴暗处逗留,远离积水等容易滋生蚊子的地方;4、使用蚊香、灭蚊片、驱蚊水等驱蚊产品。

“从事户外活动时,尤其是清晨和傍晚(伊蚊活跃高峰),要做好个人防护,建议穿浅色长袖衣裤,减少皮肤暴露。暴露的皮肤及衣物上喷涂驱蚊剂,并按说明书要求足量、定时补涂。”李升炉提醒。

此外,要做好环境清理。伊蚊依赖小型积水繁殖,因此清除蚊虫孳生地是预防虫媒传染病的根本措施,要定时清理家中容易积水的地方。彻底清空、倒置或妥善遮盖闲置的盆、罐、桶、缸、轮胎等容器。清理房前屋后沟渠、天台排水槽,保持水流畅通,填平洼地。

家中水养植物每周至少彻底换水一次,并清洗容器内壁和植物根部。宠物饮水碗、接水盘等同样需勤换勤洗。必须使用的储水容器(如水缸、水池)务必严密加盖或投放安全的灭蚊幼缓释剂。

妥善处理垃圾,特别是废弃的瓶、罐、塑料袋、一次性饭盒等,避免其成为小型积水容器。

如有需要,应合理使用化学防蚊,且使用杀虫气雾剂前,应先把食物、水源、碗柜等密闭或遮盖,避免污染。气雾剂可直接对准蚊虫喷射,也可以关闭门窗,将气雾剂喷头向上45°角向房间各方向喷射10—15秒,然后施药人员离开房间。

气雾剂作用约20分钟,打开门窗充分通风后方可进入。选择含有避蚊胺、驱蚊酯、派卡瑞丁、精油类(如柠檬桉)等成分的驱蚊产品时,按产品说明涂抹或喷洒在暴露的皮肤表面,要注意避免接触眼睛和口鼻,儿童使用时应选低浓度产品,并在成人监护下使用。

李升炉提醒,如果想在面部使用驱蚊产品,先喷到手上,再抹到相应位置会更好。

驱蚊产品作用于皮肤时,如有刺激性,请立即停用。面对家庭室内外难以清除的积水可投放灭蚊幼缓释剂,例如0.5%吡丙醚颗粒剂或苏云金杆菌血清型。

#### 这些“妙招”统统不靠谱

1.赛博蚊香驱蚊、手机驱蚊软件;2.维生素B1驱蚊:复合维生素B1泡水、摇匀,睡前对准胳膊、腿、身体等部位喷一下;3.碱水盆灭蚊法:洗衣粉和肥皂丝散发的香味,能吸引蚊虫到水盆产卵;4.吃大蒜或室内放大蒜;5.空调调成24摄氏度,蚊子就不咬人了;6.将樟脑丸磨碎,撒在屋内墙角;7.在室内的花盆里栽一两株西红柿,西红柿枝叶发出的气味会把蚊子赶走;8.用橘红色玻璃纸或绸布套在灯泡上,蚊子最怕橘红色光。

以上统统为“假”,千万别信。

辟谣

