

# 一觉醒来满身是包 近期虫咬性皮炎患者激增

## 医生：从两方面入手预防

近期，宁波市第六医院皮肤科门诊里，因虫子叮咬前来就诊的患者明显多了起来。据皮肤科毛凤副主任医师介绍，进入夏季以来，出现虫咬性皮炎患者数量较春季增加了好几倍，其中螨虫叮咬引发的病例较为常见。



毛凤医生正在坐诊中。



## 近期中暑患者中 老年登山者超四成 夏季锻炼要避开高温时段

近日，北仑七顶山发生惊险一幕——一名六旬女性在登山锻炼时因高温导致重度中暑，一度意识模糊。经120急救人员现场紧急救治，老人最终转危为安。医生提醒，近期持续高温，市民应避免高温时段剧烈运动，尤其老年群体需格外注意防暑。

当天上午9点左右，68岁的张阿姨（化名）与朋友结伴攀登七顶山晨练。登山途中，张阿姨突然面色苍白、脚步虚浮，走到一半就瘫坐在半山腰石阶上，随后出现头晕、呕吐、意识模糊等症状。同伴立即拨打120求助，并为其撑伞遮阳、扇风降温。

北仑区大树急救点接报后，救护车迅速抵达现场。急救人员发现患者体温达38.5℃，脉搏细弱且出现心律不齐，结合其有多年高血压病史，初步判断为重症中暑诱发高血压危象。

“患者口腔有分泌物堵塞，存在窒息风险，需立即处置！”急救团队迅速将其转移至树荫下，解开衣领散热，清理呼吸道并给予吸氧，经过15分钟的抢救，张阿姨逐渐恢复意识，随即被转运至医院，目前正在进一步接受治疗。

“近期接诊的中暑患者中，老年登山锻炼者占比超四成。”参与救援的北仑区大树街道社区卫生服务中心急诊科艾新屋医生提到，夏季

山区地表温度常超40℃，且空气流通性差，极易引发中暑。他建议，一旦身边有人出现中暑迹象，立即让患者脱离高温环境，并脱去多余衣物，为其降温。可将水雾化喷洒于身体核心躯干部位，配合扇风或擦酒精等方式通风散热。同时要注意，在运送时，不可让病人勉强步行。

若患者口渴，可为其同时补充水和电解质，例如电解质丰富的运动饮料，但是不要过量。应事先询问其病史，若病人病史为大量饮水后导致电解质浓度降低的，则限制饮水，并适当补充食物。在采取上述急救措施后，患者症状依旧没有缓解，请立即拨打120，等待救援时要持续降温。

艾新屋强调，夏天锻炼要避开高温时段，上午10点至下午4点尽量避免户外活动，登山宜选清晨或傍晚；其次要做好防暑措施，携带藿香正气水、清凉油、足量饮水，建议每小时补水500ml；关注高血压、心脏病患者等特殊人群登山前应评估身体状况，且要有家属陪同。最重要的是学会识别危险信号，如果出现头晕、恶心、皮肤干热无汗等症状，应立即停止运动并求救。

记者 陆麒雯  
通讯员 胡璐瑶 文/摄



医护人员正在对患者实施紧急救治。

## 为何老伴同睡却没事？

“医生，我这后背和胳膊上突然起了十几个红包，痒得睡不着，可我老伴跟我睡一张床，身上啥事儿没有，这是咋回事？”前段时间，60岁的张大爷（化名）来到宁波市第六医院皮肤科门诊，一边挠着胳膊，一边向医生描述情况。

医生检查发现，张大爷的后背、四肢有十几个红色丘疹，大小不一，小的如黄豆，大的像蚕豆，部分丘疹顶端还带着小水泡，呈典型的纺锤形，这是螨虫叮咬引发的虫咬性皮炎。细问之下，张大爷说自己家刚换上凉席，最近天热，他习惯光着上身睡，而老伴穿着睡衣。“我老伴每天都用热水擦凉席，按理说挺干净的，怎么还会有虫子？”张大爷很疑惑。

“这和两个原因有关。”毛凤医生解释，

一方面，螨虫常藏在凉席缝隙里，单纯用毛巾擦根本杀不死它们，只能擦掉表面灰尘，螨虫依然会叮咬接触凉席的皮肤；另一方面，虫咬后的反应因人而异，和个人免疫敏感度直接相关。有些人被螨虫叮咬后没感觉，皮疹自己就会消退；但像张大爷这样免疫反应较强烈的人，就会出现明显的丘疹、水泡，还伴随剧烈瘙痒。

毛凤医生进一步提醒，凉席清洁有讲究，单纯擦拭效果甚微，得用热水浸泡、烈日下暴晒，或用高温蒸汽烫洗，也可以用吸力强的吸尘器清理缝隙，这样才能尽可能杀灭螨虫。“不少患者就是因为凉席没彻底清洁，疹子一批刚好，新的又冒出来，反复好不了，得等天气转凉才会缓解。”

## 脖子出现“刀割样”红斑，这种虫千万要小心

35岁的刘女士（化名）则是因为脖子上的红斑来到医院。“早上起来就发现脖子这里很痛，摸上去有点糙，还有点破皮，像被什么东西刮过一样。”她告诉医生，前一晚睡前还没感觉，醒来就成了这样。

毛凤医生检查发现，刘女士脖子上的红斑呈“刀割样”，表面有轻度糜烂，这是隐翅虫引发的皮肤反应。“这不是虫子咬的，是隐翅虫的体液刺激导致的。”毛凤医生解释，隐

翅虫不会叮咬人，但它的体液有强刺激性，爬过皮肤后，就会留下这种片状的红斑，严重时还会起水泡。

刘女士回忆，前几天晚上开窗通风时，好像有小虫子飞进过房间，当时没在意。医生提醒她，接触过的衣服要赶紧洗，避免隐翅虫体液残留再刺激皮肤。以后遇到隐翅虫千万别拍，轻轻吹走就行，拍打会让体液扩散，刺激范围更大。

## 被虫咬后建议这样处理

虫咬性皮炎虽常见，但处理不当可能加重症状。毛凤医生结合临床经验，给出了具体的处理建议——

如果只是出现少量丘疹，瘙痒不严重，可自行处理。如外涂含樟脑、薄荷脑的药膏，或炉甘石洗剂，能缓解瘙痒。要是痒得厉害，可用冰过的毛巾或冷矿泉水瓶轻轻敷在患处，避免用冰块直接贴皮肤，避免冻伤，通过冷敷减轻炎症和瘙

痒。需要提醒的是，很多人习惯的“掐十字止痒”其实没用，只是用痛感暂时盖过痒感，反而可能因用力搔抓加重炎症，还会留下色素沉着。

当出现这些情况时，一定要及时就医——皮疹范围大，全身都有；瘙痒剧烈，自己涂药也止不住；皮疹出现大水疱，或因搔抓导致破皮、流脓；像刘女士这样，出现“刀割样”红斑、伴随疼痛等。

## 从“户外防护”和“家居清洁”入手

毛凤医生提醒，夏秋季是虫子活跃期，做好预防能大大减少虫咬性皮炎的可能，建议从“户外防护”和“家居清洁”两方面入手。在户外时，尽量穿长袖长裤，选择浅色、裤脚束口的款式，减少皮肤暴露，避免虫子钻进衣服；去草丛、公园等地方前，可喷涂驱蚊水，驱蚊贴、驱蚊环也有一定辅助作用。

家居重点做好“防螨”，凉席使用前，先用热水浸泡半小时以上，再拿到烈日下暴晒

半天，或用高温蒸汽烫洗缝隙；平时也可用吸力强的吸尘器定期清理凉席，避免螨虫滋生。如果家里养宠物，要定期给宠物驱虫，避免跳蚤寄生；地下室、车棚等潮湿角落要常通风，保持干燥，减少跳蚤、蚊虫聚集。

夏秋季虫咬常见且难以避免，但只要做好防护、科学处理，就能有效减少困扰。若出现严重症状，别硬扛，及时到皮肤科就诊更稳妥。

记者 任诗妤 通讯员 赵蔚 文/摄