

## زنبور گزیدگی

پس از ترخیص تا زمان بهبودی به نکات و توصیه های زیر توجه کنید

-خنک کردن ضایعات باعث کاهش احساس خارش میشود میتوانید از دوش آب سرد یا کیسه های یخ در طول 24 ساعت اول استفاده کنید(کیسه یخ را در یک پوشش پارچه ای پیچیده و به مدت 20 دقیقه بر روی پوست قرار دهید.از تماس مستقیم یخ با پوست جلوگیری نمایید.این کار را میتوانید با فاصله یک ساعت تکرار کنید).

-برای کاهش تورم میتوانید اندام خود را هنگام خوابیدن یا نشستن بالاتر از سطح بدن قرار دهید(یک یا دو عدد بالش را در زیر اندام خود به شکلی قرار دهید که دست یا پای شما بر روی آن تکیه کرده و در ارتفاع بالاتر از قلب قرار بگیرد) این کار بخصوص در 24 ساعت اول موثر خواهد بود.



-اگر سابقه حساسیت شدید به نیش زنبور یا سایر حشرات و یا سابقه ابتلا به اسم، حساسیتهای تنفسی یا پوستی و کهیر در شما یا اعضای خانواده تان وجود دارد حتما به پزشک اطلاع دهید.

-از ایجاد فشار شدید بر روی ضایعه یا بستن محکم اندام بالاتر از محل گزش خودداری کنید. در صورتیکه هنگام ت خض، دانه، خاص، یا، شما تحمنا شده

کاهش درد و -برای ناراحتی می توانید از داروهای ضد درد معمولی مثل:استامینوفن،ناپروکسن یا ژلوفن استفاده کنید

توجه کنید مصرف داروهای انتی هیستامین مثل پرومتازون،هیدروکسی زین

لوراتادین،سیتیزین،فکسوفنادین یا دیفن هیدرامین در اغلب موارد باعث ایجاد خواب الودگی شدید می شود،بنابراین پس از مصرف آنها از انجام فعالیتهای مهم که نیاز به تمرکز ذهنی دارند(بخصوص رانندگی)کاملا پرهیز کنید.

-درمان زنبورگزیدگی در اغلب موارد نیاز به مصرف انتی بیوتیک خوراکی ندارد،بنابراین از مصرف خودسرانه این داروها خودداری کنید

-از مصرف ترکیبات مختلف تزریقی یا خوراکی کورتون در (مثل

دگزامتازون،بتامتازون،هیدروکورتیزون،پردنیزولون)بطور خودسرانه و بدون دستور پزشک خودداری نمایید.

-از ترکیبات گیاهی ناشناخته(موضعی یا خوراکی)به هیچ عنوان استفاده نکنید.

-در صورتی که برای بیماران خاصی داروهای دیگری را بطور دایم مصرف میکنید(مثل انواع کورتون یا آسپیرین)حتما به پزشک خود اطلاع دهید اما به هیچ به طور خودسرانه مصرف دارو را تغییر نداده یا قطع نکنید.

ناخن های خود را کاملا کوتاه نگه دارید تا در صورت خاراندن ناخواسته ضایعات به خصوص در خواب پوست شما دچار زخم و عفونت نشود.

-زنبور گزیدگی نیاز به پانسمان و پوشیده شدن با باند و گازاستریل ندارد.

-گرما در اغلب موارد باعث تشدید قرمزی و التهاب ضایعات و بیشتر شدن احساس خارش آنها می شود.

-بنابراین باید از گرم شدن آنها(مثلا تماس با ابگرم،بخار اب داغ،فعالیت در هوای گرم)پرهیز شود.

-بطور مرتب استحمام کرده و پوست را کاملا تمیز نگه دارید تا از بروز عفونتهای ثانویه پیشگیری شود.

-از صابون ها یا مواد شوینده معطر برای استحمام و شستن لباسها استفاده نکنید و از تماس طولنی مدت ضایعات با کف و مواد شوینده جلوگیری نموده و بلافاصله پس از شستشو محل گزش را خشک نمایید.

-از اصلاح و تراشیدن موهای محل گزش تا زمان بهبودی پرهیز کنید.

-از تماس خاک و گرد و غبار با محل گزش جلوگیری نمایید.

-از شنا کردن در استخرهای عمومی خودداری کنید.



بیمارستان امام هادی (ع) فراشبند

## زنبور گزیدگی



تهیه و تنظیم: مریم عالیشوندی

(کارشناس پرستاری)

تایید کننده:

دکتر سعید نامجو متخصص داخلی

منبع: کتاب اورژانس پیش بیمارستانی

تاریخ تهیه: تابستان 1403

تاریخ بازنگری: تابستان 1406

کد: ER-PM-169-01

-درد، سفتی یا تورم مفصل  
-ضعف و بی حالی یا خواب آلودگی شدید  
-بروز عوارض ناشی از مصرف داروها به خصوص خواب  
الودگی شدید

اگر در آینده مجدداً دچار زنبور گزیدگی شدید:

-آرام باشید و خونسردی خود را حفظ کنید  
-سریعاً از آن محل دور شده و به محیط امنی بروید  
-از حرکت و فعالیت زیاد و شدید خودداری کنید.  
-آرام و عمیق نفس بکشید.  
-سریعاً باقیمانده نیش زنبور را از محل گزش خارج  
کنید. (این کار را میتوانید با استفاده از یک جسم نوک  
تیز و تمیز یا فشار دادن دو طرفه ضایعه انجام دهید)  
-محل گزش را با آب و صابون بشویید

**تا زمان بهبودی به توصیه های بالا کاملاً عمل کنید  
در موارد زیر حتماً به پزشک یا مراکز اورژانس مراجعه  
نمایید**

-اگر محل گزش در سر، صورت، گردن، داخل دهان یا  
بینی و چشمها است.  
-اگر دچار گزش در چندین نقطه مختلف و متعدد شده  
اید.  
-اگر سابقه حساسیت به نیش زنبور یا سایر حشرات را  
دارید.  
-اگر سابقه ابتلا به آسم، حساسیت های تنفسی یا  
پوستی و کهیر در شما وجود دارد.  
-اگر از آخرین زمانی که واکسن کزاز تزریق کرده اید  
بیش از ده سال میگذرد

تا حد امکان از استعمال سیگار و قلیان و تماس با انواع  
دود خودداری نمایید.

**در صورت بروز هر یک از علائم زیر مجدداً به اورژانس  
یا پزشک مراجعه کنید:**

-عدم بهبودی علائم پس از 24 ساعت  
-تشدید تورم ضایعه و گسترش یا دردناکی شدید آن  
-خارش بسیار شدید ضایعه با وجود مصرف داروها  
-بروز تاول یا زخمی شدن ضایعات  
-تشدید قرمزی و گرمی ضایعه  
-ترشح چرکی و بدبو از محل گزش  
-بروز کهیر یا ضایعات پوستی در سراسر بدن  
-سرفه یا گرفتگی گلو  
-سختی بلع  
-ترشح چرکی و بدبو از محل گزش  
-احساس خارش در سراسر بدن  
-تنگی نفس، سختی تنفس یا تنفس صدادار 0خس  
(خس سینه)  
-سرفه یا گرفتگی گلو  
-بیرون ریختن بزاق از دهان  
-تورم زبان و حلق و گلو و لبها  
-تورم اطراف چشم، صورت یا دست و پاها  
-هرگونه خونریزی  
-تب و لرز  
-سردرد و سرگیجه  
-رنگ پریدگی یا تعریق شدید  
-درد یا سنگینی قفسه سینه  
-تهوع و استفراغ و اسهال و درد شکم