

## KAIP ELGTIS PUOLANT BITĖMS, ŠIRŠĖMS, VAPSVOMS IR KAMANĖMS

Įgėlimo rimtumą lemia keletas faktorių: vabzdžio rūšis, įgėlimų vieta kūne, įgėlimų skaičius bei žmogaus jautrumas. Įgėlimo išvengti ne visuomet įmanoma, bet atsargus elgesys gali padėti.

**Kaip apsisaugoti nuo vabzdžių įkandimų.** Atsargiai vaikščiokite basi po žydinčią pievą. Atsiminkite, kad geliančiąsias skraiduoles vilioja prakaito kvapas, ryškių spalvų gėlėti drabužiai. Venkite vietų, kur formuojamos gyvatvorės, pjaunama ar šienaujama žolė. Atvirose vietose atsargiai valgykite ledus, gerkite kvapius ir saldžius gėrimus. Nebūkite arti avilio, ypač bičių išskridimo iš avilio juostoje. Neerzinkite vabzdžių, nesistenkite jų vaikyti. Lėtai, be panikos, nedarydami staigių judesių, nemosikuodami rankomis, atsitraukite (jei įmanoma į patalpą, kurioje galima užsidaryti).

### Įgėlus vabzdžiui:

- Pasišalinkite iš vietos, kurioje Jus sugėlė. Pavojaus atveju bitė paskleidžia kvapą, kuris privilioja kitas bites. Jei liksite įvykio vietoje, Jus gali vėl sugelti.
- Kuo skubiau kvieskite greitąją medicinos pagalbą, jei žmogus alergiškas vabzdžių įkandimams arba atsirado alerginė reakcija (odos bėrimas, pabrinkimas, oda blykšta arba rausta, sutrinka kalba - tampa neaiški, nerišli, pasunkėja ar sutrika kvėpavimas, prasideda švokštimas, galvos svaigimas, bendras silpnumas, pereinantį į mieguistumą, pykinimas, vėmimas, viduriavimas, drebulys, šaltkrėtis, pakyla temperatūra, greitėja pulsas, krinta kraujospūdis, netenkama sąmonės). Darykite dirbtinį kvėpavimą ir išorinį širdies masažą jei sustojo kvėpavimas ar širdies darbas.
- Stenkitės kuo greičiau pašalinti geluonį. Bitės įgėlimo vietoje palieka geluonį ir gali įgelti tik vieną kartą. Tuo tarpu vapsvos, širšės geluonies nepalieka ir gali gelti daug kartų. Jei geluonis liko, kaip galima greičiau ištraukite jį staigiu judesiu ar bandykite pašalinti geluonį braukdami per jį nagu arba peiliu. Traukdami stenkitės nespausti gale esančio nuodų maišelio, kad nuodai neištekėtų. Įkastos vietos su geluonimi nespauskite, nes taip jo nepašalinsite, tik įspausite į organizmą papildomą dozę nuodų.
- Nuimkite visus papuošalus (žiedus, apyrankes, kojų papuošalus), nes sugelta galūnė gali sutinti.
- Įgėlimo vietą nuplaukite vandeniu ir muilu.

Dėkite šaltą kompresą - šaltą vandenį arba ledą, įvyniotą į audeklą (tiesiogiai ant odos ledo dėti negalima) - tai gali padėti sumažinti tinimą, niežulį bei skausmą.