

ทำยอละก้อรูนันก็เบ็นรูดองเมงมูมธรรมดา แต่ถ้าโยโหมนันล่งออกมามอกทงจ้กรูและ  
ระเรื่อไปตมทึนคินรูนันก็เบ็นรูดองเมงมูมที่ช้กโยเบ็นรูปกรวย

หากมีผู้ถูกเมงมูมชนิดนี้กัดจงปีคบริเวณที่ถูกกัดด้วยค้ำพลาสเตอร์แผ่นก้ว้งๆ  
และให้ปีคเลยขึ้นหรือลงไปตมแขนหรือขานันให้ไกลที่สุดเท่วที่จะทำได้ ใส่ฝือกเข้าที่  
แขนหรือขานัน และให้ผู้ที่ถูกกัดอยู่นึ่งให้มอกที่สุดเท่วที่จะทำได้ และน้าส่งโรงพอบาล  
ทันที ถ้าเบ็นไปได้ให้น้าเมงมูมไปโรงพอบาลค้ว

#### เมงมูมหลังแดง (Redback spiders)

เมงมูมค้วเล็กๆเหล่านี(ขนาดไม่เกิน 1 เซนติเมตร) มีจุดแดงหรือส้มอยู่บ่นหลัง  
พบเห็นอยู่ท้วประเทศออสเตรเลีย ท้งนบ้านและรอบๆบ้านที่มีค แห้ง เช่น ใต้ไม้พื้น หรือ  
จันทัน ในบริเวณป่าเมงมูมพวกนี้จะอยู่ใต้ขอนไม้และเปลือกไม้ หรือที่ที่มีใบไม้หนาทึบ  
หากถูกเมงมูมชนิดนี้กัด จงประคอบแผลค้วน้าแชน้าแข็งเพื่อระจับความปวดแล้วไปพบ  
แพทยทันที

#### ตะขานและเมงมูมปอง

ในประเทศออสเตรเลียสัตว์เหล่านีไม่มีพิษ แต่ก็ทำให้ปวดมอกได้ จงใช้ความ  
เบ็นประคอบแผลให้คลายความปวด

#### จบบทความ

หมายเลขโทรศัพท์ ถูก กัด ่อง ในขณะที่  
พิ มพ์ แต่ มิ ได้ ตรวจทานให้ เบ็ นปี จจ  
บั นอยู่ ตลอดเวลา ทานอาจจ้ า เบ็ นต้  
อง สอบหมาย เลขจากสมุ ดโทรศัพท์

#### NSW Multicultural Health Communication Service

website: [www.http://mhcs.health.nsw.gov.au](http://mhcs.health.nsw.gov.au)

e-mail: [mhcs@doh.health.nsw.gov.au](mailto:mhcs@doh.health.nsw.gov.au)

phone: (02) 9382 8111

หลีกเลี่ยงมิให้ถูกเห็บป่าและแมงมุมกัด

Avoiding Ticks and Spider Bites

## หลีกเลี่ยงมิให้ถูกเห็บป่าและแมงมุมกัด

### Avoiding Ticks and Spider Bites

การเดินทางหรือแม้แต่เพียงการทำสวนสัก 2-3 ชั่วโมง อาจทำให้ท่านต้องสัมผัสกับสัตว์โลกที่สามารถก่อให้เกิดอันตรายถึงชีวิตได้ ต่อไปนี้คือวิธีหลีกเลี่ยงและช่วยหลีกเลี่ยงพ้นจากการถูกกัดต่อยที่เป็นอันตราย

#### เห็บป่า (Ticks)

ถ้าท่านชอบเดินป่า ชอบไปปิกนิกในป่า หรือถ้าบ้านของท่านอยู่ใกล้ชายป่า หรือถ้าลูกๆชอบเล่นในพงหญ้าสูงๆ ท่านก็จำเป็นต้องระวังเรื่องเห็บป่า

เห็บป่าเป็นสัตว์กินเลือดที่มีขนาดตั้งแต่เพียงเท่าหัวเข็มหมุดจนถึงขนาดเส้นนิ้วมือ มันจะฝังตัวของมันลงในผิวของคนที่มีเหงื่อและปล่อยสารพิษออกมาทำให้กล้ามเนื้อของคนนั้นอ่อนแอ ตาพร่า เหนงหลัง ขยับแขนขาไม่ได้ และอาจถึงแก่ชีวิตได้

วิธีที่ดีที่สุดในการหลีกเลี่ยงก็คือ เมื่อท่านจะเข้าไปในที่รกด้วยต้นไม้ท่านควรสวมกางเกงขายาว (และควรเก็บชายเสื้อไว้ในถุงเท้าหรือรองเท้าบู๊ต) เสื้อเชิ้ตแขนยาว พร้อมกับใส่หมวกด้วย และเมื่อกลับมาจากข้างนอกท่านควรตรวจค้นหาตัวเห็บป่าให้สมาชิกในครอบครัวทุกคน โดยเฉพาะอย่างยิ่งที่บริเวณหนังศีรษะ ซอกขาอ่อน รักแร้ และข้อพับเข้า เพราะบางทีจะหาตัวเห็บได้ยากเพราะมันแอบซ่อนตัวอยู่ในรอยนวมของผิวหนังตรงบริเวณที่ถูกกัด การตรวจดูรอยบวมอย่างระมัดระวังนั้นเป็นเรื่องที่สำคัญอย่างยิ่ง

วิธีที่ดีที่สุดในการกำจัดตัวเห็บป่าที่ฝังตัวอยู่ในผิวก็คือการใช้เข็มเหล็กปลายแหลม (อย่างที่ใช้ถอนขนแล้ว) จับตัวเห็บตรงข้างหลังหัวของมันตรงที่ใกล้ผิวหนังที่สุดเท่าที่จะทำได้ แล้วค่อยๆดึงออกมาตรงๆและอย่างหนักหน่วง อย่าบิดตัวเห็บหรือดึงๆหยุดๆ อย่า

พยายามฆ่าตัวเห็บโดยการใช้นเมทิลแอลกอฮอล์ (Methylated spirit) นำยาล้างเล็บ แอลกอฮอล์ ขี้ผึ้งปิโตรเลียม หรืออะไรก็ตามอย่างอื่นๆ ก่อนที่จะดึงตัวเห็บออกมาให้ได้เสียก่อน เพราะการกระทำเช่นนั้นจะทำให้เห็บปล่อยสารพิษออกมามากยิ่งขึ้น หลังจากดึงเห็บออกมาได้แล้วให้ล้างมือและฆ่าเชื้อโรคบริเวณแผลถูกกัดและกึ่งที่ใช้น้ำ

#### แมงมุมที่ทอใยเป็นรูปกรวย (Funnelweb spider)

แมงมุมที่มีอันตรายที่สุดในโลกนั้นอยู่ในบางส่วนของรัฐนิวเซาท์เวลส์นี้เอง รวมทั้งตามท้องที่ต่างๆ ในซิดนีย์ แถบบลูเมาท์นีส และพื้นที่ชายฝั่ง ซึ่งทางเหนือขึ้นไปจนถึงนิวคาสเซิล และทางใต้ลงไปจนถึงเนวรา (Nowra) ถึงแม้ว่าจะมีผู้ต้องเจ็บหนักหรือถึงกับเสียชีวิตเนื่องจากถูกแมงมุมชนิดนี้กัดเพียงจำนวนน้อย การกัดของแมงมุมชนิดนี้ก็อาจเป็นอันตรายร้ายแรงได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งกับเด็กเล็กๆ อาการที่เห็นได้ คือ เจ็บปวด เหนือ แดก คลื่นไส้ อาเจียน หายใจขัด กระตุก

แมงมุมชนิดนี้อาจทำให้เกิดปัญหาได้มากในฤดูร้อนและตอนต้นฤดูใบไม้ร่วงซึ่งเป็นระยะเวลาที่มีน้ำค้าง หรือเมื่อรูของมันถูกน้ำฝนท่วมขัง หรือต้องถูกกระทบกระเทือนเนื่องจากการก่อสร้าง การขุดดิน การกำจัดปลวกและแมลง เพื่อหลีกเลี่ยงมิให้ถูกแมงมุมชนิดนี้กัดท่านควรดูแลมิให้สวนรกด้วยขยะจากสวนหรือกรวดหินซึ่งจะเป็นที่ซ่อนตัวของมันได้ จงใช้ความระมัดระวังเมื่อขุดดินในสวนหรือเมื่อย้ายหิน ขนขยะในสวน ควรเก็บเสื้อผ้าและรองเท้าให้พ้นพื้น (ในฤดูที่มีแมงมุมชนิดนี้ชุกชุมท่านควรตรวจดูในรองเท้าก่อนที่จะสวมใส่เสมอ) และโปรดจำไว้ว่าแมงมุมพวกนี้อาจจะซ่อนตัวอยู่ในสระว่างว่าได้ด้วย และสามารถมีชีวิตอยู่ในนั้นได้หลายวัน

หลายคนอาจเคยเห็นรูบนพื้นดินในสวนของคนและสงสัยว่าจะใช่รูแมงมุมที่ทอใยเป็นรูปกรวยหรือเหล่า ข้อสังเกตที่จะบอกได้ง่ายๆก็คือ หากรูด้วย "ไหม" ที่แมงมุม