



CLIMOS

www.climos-project.eu

زورونا



كيف تتعرف على ذبابة الرمل؟

يتم تحديد ذبابة الرمل من خلال البحث عن عدة خصائص تميزها. ملاحظة هذه الميزات، تُمكنك من التمييز بين ذباب الرمل والحشرات الصغيرة الأخرى:



الحجم

ذباب الرمل صغير الحجم، يتراوح طوله بين 1 إلى 3 ملليمترات.



الأجنحة

يملك ذباب الرمل أجنحة طويلة ورفيعة تُحمل بشكل عامودي على اجسادهم على شكل حرف V عند الراحة.



الحركة

يتميز ذباب الرمل بنمط طيران متقطع أو قفزات قصيرة بدلاً من الطيران المستمر.



اللون

عادةً ما يكون لونهم شاحبًا أو ذهبيًا أو رماديًا.



الجسم والأرجل

أجسامها وأرجلها مغطاة بشعر ناعم، ولديها أرجل طويلة ورفيعة جدًا.

سلوك اللدغ



تلدغ إناث ذبابة الرمل فقط لأنها تحتاج إلى الدم لإنتاج البيض وتكون أكثر نشاطًا خلال الفجر والغروب.

ذباب الرمل يلدغ بصمت، مما يجعل الناس غير مدركين عند تعرضهم لللدغ.



علامات اللدغ

لدغة ذبابة الرمل غالبًا ما تكون مؤلمة وقد تسبب احمرار وحكة شديدة.

إذا تعرضت للدغة من ذبابة الرمل (أو أي حشرة أخرى) اتبع هذه الخطوات لتقليل خطر المضاعفات:

1 قم بتنظيف مكان اللدغة

اغسل اللدغة بلطف بالماء والصابون لتقليل خطر العدوى.

2 امسح مكان اللدغة بمطهر

استخدم كريم مطهر أو غسول لمنع العدوى.

3 قلل من الحكة والتورم عن طريق:

استخدم الكريمات المضادة للحكة المتوفرة في الصيدليات، مثل كريم الهيدروكورتيزون، أو تناول مضادًا للحساسية عن طريق الفم.

ضع كمادة باردة أو كيس ثلج على مكان اللدغة لتقليل التورم وتخفيف الحكة.

4 تجنب الحكة

يمكن ان يؤدي خدش اللدغة إلى الإصابة بعدوى.

احرص على تقليم الأظافر وإبقائها نظيفة لتقليل الضرر في حال عدم القدرة على تجنب الحكة.

5 راقب الأعراض التالية

في بعض الحالات قد تنقل لدغات ذبابة الرمل امراضًا مثل الليشمينيايزس.

انتبه للأعراض التالية:

ظهور تقرحات أو جروح في مكان اللدغة

حُمى أو قشعريرة

احمرار مستمر، تورم أو ألم في مكان اللدغة

7 توخى الحذر من اللدغات المستقبلية

استخدم طارد الحشرات، ارتد ملابس واقية وتجنب المناطق التي تنتشر فيها ذبابة الرمل للحد من خطر اللدغات المستقبلية.

6 اطلب المساعدة الطبية

إذا ظهرت أي من الأعراض السابقة أو لاحظت علامات العدوى، مثل: زيادة الاحمرار، الحرارة، وجود صديد أو خطوط حمراء، استشر أخصائي الرعاية الصحية.

