



# 야외 활동 시 벌레에 물리면?





야외 활동이 늘어나는 계절, **벌레 물림**에 주의해야 해요.

**모기는 말라리아를**  
매개할 수 있어요.



**모기**

서울, 인천, 경기, 강원  
지역 등에서  
매년 700명 내외의  
환자가 꾸준히  
발생하고 있어요.

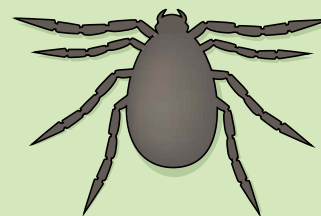
**벌쏘임에 의해**  
**쇼크**가 발생할 수 있어요.



**벌**

최근 5년 동안 24명이  
벌 쏘임에 의해  
사망하였고, 그 중  
15명은 아나필락시스  
쇼크로 사망했어요.

**진드기는 감염병을**  
매개할 수 있어요.



**진드기**

특히 진드기 물림에 의한  
중증열성혈소판감소증후군은  
2013년 첫 환자 발견 이후  
2023년까지 총 1,895명의 환자가  
발생한 위험한 감염이지만,  
백신과 치료제가 없어요.

**진드기**  
**매개감염병**

쯔쯔가무시증, 중증열성혈소판감소증후군, 라임병, 진드기매개뇌염



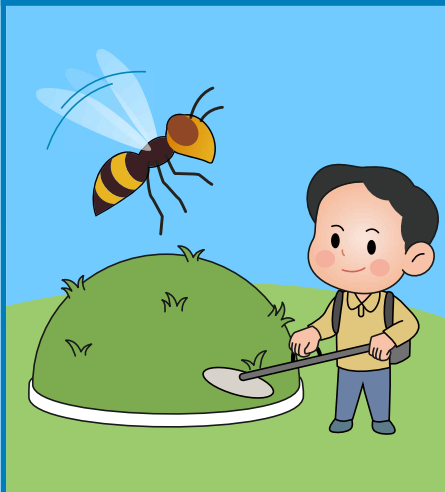
## 계절별로 주의해야 하는 벌레가 있어요.

4~10월



일몰 직후부터 일출 직전에  
주로 활동하므로,  
야간에는 외출을  
자제해야 해요.

8~9월



벌의 산란기로 벌의  
개체수가 증가하고  
민감해져요. 벌초, 성묘 시  
주의해야 해요.

9~11월



주말농장, 등산, 캠핑,  
성묘, 낙시 등 활동 시  
주의해야 해요.



## 벌레 물림으로 인한 질병의 주요 특징과 증상은 어떻게 다를까요?

### 모기에 물렸을 때



#### 말라리아 감염

- 말라리아 감염 시 하루는 열이 나고 하루는 열이 전혀 없다가 그 다음날 다시 열이 나는, 삼일열이 특징이에요.
- 오한, 발한, 두통, 근육통, 오심, 구토, 설사가 나타날 수 있어요.

### 벌에 쏘였을 때



#### 아나필락시스

- 벌독 알레르기가 있는 약 1%의 사람에서 나타나요.
- 흔히 불안감으로 시작되고, 저림과 현기증이 뒤따라 나타나요.
- 이후 전신 두드러기, 부기, 호흡곤란, 실신 등이 발생할 수 있어요.

### 진드기에 물렸을 때

#### 프프가무시증



- 검은 딱지(가피)가 생겨요.
- 발열, 근육통, 오한, 발진, 두통이 발생할 수 있어요.

#### 중증열성혈소판 감소증후군



- 붉은 반점이 생겨요.
- 고열, 구토, 설사, 두통, 근육통이 특징이며, 치사율 약 20%로 매우 높아요.

#### 라임병



- 과녁모양의 붉은 반점이 생겨요.
- 발열, 오한, 피로감, 두통, 관절통이 발생할 수 있어요.

## 벌레에 물리지 않게 이렇게 예방하세요 1



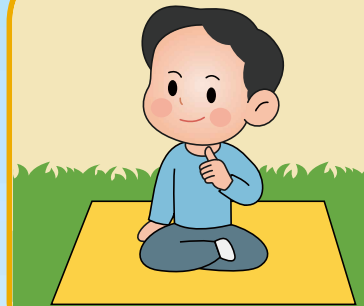
야외 활동을 할 때는  
긴 팔 상의,  
긴 하의를 입어  
피부 노출을  
최소화해야 해요.



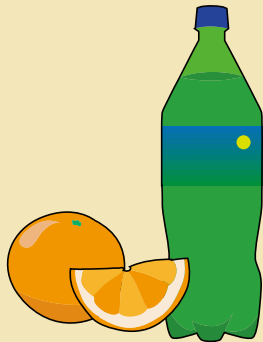
밝은 색 계열의 옷을  
입으세요. 어두운 색의  
옷은 벌의 공격성을  
높이고, 말라리아 매개  
모기가 선호하므로  
피해야 해요.



모기기피제,  
진드기 기피제 등  
벌레퇴치제를  
사용해요.



풀밭에 앉거나  
눕지 마시고,  
돛자리를  
사용해요.



벌을 자극하는  
향수, 스프레이,  
과일, 달콤한 음료는  
최대한 자제해요.



벌집을 발견하면  
자세를 낮춰  
천천히 이동해요.

## 벌레에 물리지 않게 이렇게 예방하세요 2



동작을 크게  
하지 않아야 해요.



야외 취침 시  
방충망을 점검하고,  
모기장을 사용해요.



야외 활동 후  
실내에 들어갈 땐  
옷에 붙은 벌레를  
털어내야 해요



야외 활동 후  
진드기가 몸에 붙어  
있는지 꼼꼼하게  
확인해야 해요.

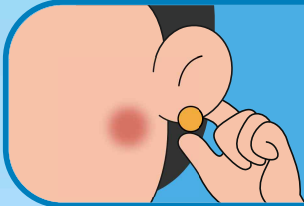


야외 활동 후  
반드시 옷은  
세탁해야 해요.



야외 활동 후  
반드시 샤워를  
해야 해요.

## 벌레에 물리면 이렇게 대처하세요



물린 위치 주변의 **액세서리**를 **제거**해요.

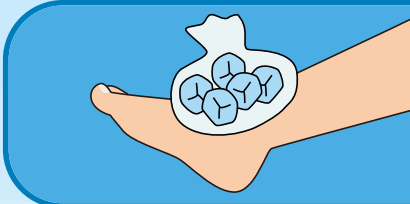


물린 부위를 깨끗한 **물**로 충분히 **세척**해요.



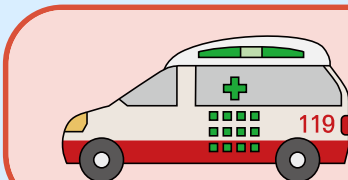
벌에 물린 경우, 벌침은 **신용카드** 등으로 면도하듯 **밀어서 빼내요**.

※ 집게, 핀셋, 손가락 등으로 제거하면, 오히려 벌침 안에 남은 독이 몸 안으로 들어갈 수 있어요.



물린 부위를 **얼음팩** 등으로 **냉찜질** 해요.

※ 동상을 방지하기 위해 수건을 덧대어 얼음팩이 피부에 직접 닿지 않도록 하세요.



통증이 너무 심하거나, 어지럽고, 가슴이 두근거리고, 속이 울렁거리는 증상이 발생하면 바로 **의료기관을 찾아가세요**.