

## Postępowanie w razie ukąszenia przez Żmiję zygzakowatą (*Vipera berus*)

Mimo, iż ukąszenie Żmii zygzakowatej (*Vipera berus*) dla zdrowego człowieka nie stanowi większego zagrożenia, to w przypadku alergików, osób starszych oraz dzieci, powinny zostać podjęte specjalne środki ostrożności. Bez względu na to, do której z tych grup należysz, powinieneś poznać podstawowe zasady postępowania w wypadku ukąszenia przez tego pięknego i bardzo pożytecznego węża.

**1. Oddal się od miejsca, w którym nastąpił wypadek, aby uniknąć ponownego ukąszenia.**

**2. ZACHOWAJ SPOKÓJ! Zapamiętaj, że najgorsze, co możesz zrobić to spanikować. Jad rozprzestrzenia się stosunkowo powoli, będziesz, więc miał całkiem sporo czasu na reakcję.**

(ZAPAMIĘTAJ, że ukąszenia ze skutkiem śmiertelnym zdarzają się naprawdę rzadko, a prawidłowe zachowanie w razie wypadku minimalizuje to niebezpieczeństwo praktycznie do zera. Dodatkowo należy sobie uświadomić, iż część ukąszeń nie kończy się w ogóle iniekcją jadu - są to tak zwane ukąszenia suche.)

**3. Nie biegaj, nie wykonuj żadnych czynności wymagających wysiłku. Usiądź spokojnie i obejrzyj ranę oceniając, w które miejsce zostałeś ukąszony i jak wygląda rana.**

(Pamiętaj, że bieganie i panika sprawią tylko, że wzrośnie Ci ciśnienie krwi, co sprawi, że jad szybciej będzie rozprzestrzeniał się po organizmie.)

**4. Usuń wszystkie pierścionki oraz inną biżuterię z ugryzionej kończyny, w szczególności z palców.**

(Pamiętaj, że wraz z rozwijającym się obrzękiem mogą one doprowadzić do poważnych uszkodzeń ciała.)

**5. Przy ranie w żadnym wypadku nie wolno manipulować! Nie tamuj też krwawienia, wraz ze swobodnym wpływem krwi organizm pozbędzie się pewnej części zaaplikowanego jadu.**

(Jedynie dopuszczalne czynności to oczyszczenie delikatnie miejsca wokół rany czystym wilgotnym gazikiem, aby pozbyć się ewentualnych pozostałości jadu wokół miejsca iniekcji - choć wcale nie jest powiedziane, że to pomoże - oraz użycie odsysacza jadu, jeśli takowy posiadasz np. Aspivenin. Rany w żadnym wypadku nie wolno masować, wysysać z niej jadu ustami, nacinać, wycinać, razić prądem, Traktować chemią, czy też amputować pokąsanej kończyny!)

**6. Skutecznie unieruchom ukąszoną kończynę. Umieść w miarę możliwości ugryzione miejsce poniżej poziomu serca - zmniejszy to szybkość wchłaniania się jadu do układu krwionośnego.**

(Do tego celu możesz użyć samodzielnie wykonanego temblaka z bluzy, chusty, lub czegokolwiek innego, co masz w danej chwili pod ręką.)

**7. Użycie opaski uciskowej nie jest konieczne. Najnowsze badania poddają pod wątpliwość skuteczność tej metody.**

(Założenie opaski uciskowej może spowodować utrudnienie swobodnego przepływu krwi wokół rany, co może skutkować wzmożoną nekrozą, czyli zwiększonym obumieraniem tkanki wokół miejsca ukąszenia. Dodatkowo rozluźnienie opaski uciskowej sprawia, że w tym momencie więcej jadu dostaje się do krwiobiegu, co może zwiększyć ryzyko szoku anafilaktycznego. Nadal, więc podstawą pozostaje unieruchomienie ukąszonej kończyny.)

**8. Jeśli zabezpieczyłeś już miejsce ukąszenia w wyżej wymieniony sposób, nadszedł czas na znalezienie profesjonalnej pomocy medycznej w celu poddania się kontroli, a w cięższych wypadkach w celu podania surowicy. Nigdy nie lekceważ ukąszenia.**

**Pamiętaj, że właściwe efekty działania jadu mogą wystąpić dopiero następnego dnia po ukąszeniu!**

(Poproś jakiegoś znajomego albo osobę postronną, aby pomogła Ci się dostać do najbliższej placówki medycznej, jeśli nie ma nikogo takiego w pobliżu udaj się tam spokojnie samemu. W trudnych wypadkach, wezwij pogotowie dokładnie opisując, co się wydarzyło się i gdzie się teraz znajdujesz.)

**9. Jeśli nie jesteś poszkodowanym, lecz udzielasz pierwszej pomocy pamiętaj, że jeśli po ukąszeniu następuje upośledzenie czynności życiowych, niedrożność dróg oddechowych, problemy z krążeniem lub pracą serca, to należy w pierwszej kolejności zająć się ich neutralizacją, pozostawiając kwestie rany na drugim planie.**

(W ciężkich przypadkach w grę wchodzi także sztuczne oddychanie, którego celem będzie podtrzymanie czynności życiowych do czasu przybycia pomocy medycznej.)

**10. Po ukąszeniu, w żadnym wypadku nie wolno spożywać alkoholu ani żadnego rodzaju narkotyków! Zabronione jest także spożywanie środków zmieniających stan pobudzenia (uspokajających lub pobudzających).**