

被蚊子咬后能用热风、电击止痒?



▲止痒器内部。
▶电击止痒器。



并非所有温度的热风都能止痒

夏日来临,恼人的蚊子总能精准下口,留下一个个红肿发痒的包,痒到让人忍不住抓挠、坐立难安。被叮咬后,有些人会下意识选择冰敷来缓解不适,但其实还有一种反直觉的止痒办法,那就是拿起家中的电吹风,打开热风对着叮咬处吹上一会儿。

这个看似简单又有些离谱的“热疗”止痒法,到底行不行呢?

潇湘晨报·晨视频记者张树波 张紫娟
通讯员陈双 王鑫
指导医院:湖南中医药大学第一附属医院
指导专家:皮肤科副主任祁林

热风吹止痒 靠的不是“灭活蛋白质”

先给大家一个明确的核心结论:被蚊子叮咬后,用电吹风热风吹叮咬处,确实能快速缓解瘙痒,但这种效果,和网传的“用热风灭活蚊子唾液里的致痒蛋白质”毫无关系,那纯属大家对这一方法的误解。

很多人之所以会有这样的猜测,是因为知道蚊子叮咬后之所以会痒,是因为蚊子在吸血时,会向人体皮肤内注入含有多种蛋白质的唾液,这些外来蛋白质会刺激人体免疫系统产生反应,进而引发瘙痒和红肿,于是就想当然地认为,热风可以“杀死”这些蛋白质,从而达到止痒效果。但实际上,这种想法并不成立。

有相关学术论文明确指出,蚊子唾液中导致瘙痒的关键蛋白质,有着极强的耐热性,即便将其加热到100℃的高温,它也不会被完全杀死,仅仅会发生部分变性,依然能刺激人体产生痒感。换句话说,想通过电吹风的热量来灭活这种致痒蛋白质,几乎是不可能的。要让这种蛋白质真正失活,需要在56℃以上的高温下持续加热30分钟以上,而这样的高温,早已超出了人体皮肤的承受范围,皮肤会被严重烫伤,反而会造成二次伤害。

那么,热风止痒的真正奥秘究竟是什么?答案其实藏在人体自身的“痒—痛警报器”里。我们的皮肤神经末梢既可以感知痒感,也可以感知痛感,当用适当温度的热风刺激叮咬处时,高温会暂时抑制皮肤神经末梢传导痒痒信号,相当于“干扰”了痒感的传递,让痒痒信号无法顺利传递到大脑,我们自然就感觉不到痒了,这种原理和“用疼痛掩盖痒痒”有着异曲同工之妙,并非真的消除了致痒物质。

需要特别注意的是,并非所有温度的热风都能达到止痒效果,温度太高会烫伤皮肤,温度太低则没有作用,掌握好温度和时间,才是安全止痒的关键。

经过专业测试,适合止痒的热风温度大概需要控制在40~50℃,这个温度接近人体体温,触感温热不烫,对着叮咬处短时间吹五到十秒钟,就能快速缓解痒感,吹完后会感觉叮咬处有轻微的温热感,痒意也会随之减弱。

但大家一定要注意,家用电吹风止痒的核心风险,就在于温度不可控、吹拂距离不固定——很多电吹风的热风挡温度最高可达80℃以上,即

便调到低挡,距离太近、吹的时间太长,也会烫伤皮肤,尤其是儿童、老人的皮肤本身就比较娇嫩,角质层较薄,对温度的感知也更敏感,长时间猛吹极易导致皮肤发红、起水泡,甚至留下疤痕。网传“吹几分钟就能彻底止痒”的说法并不科学,大家一定要严格控制吹拂时间和距离。

还有一个有趣的小知识点和大家分享:从理论上来说,涂抹辣椒油也能缓解痒痒,原理和热风止痒类似,都是通过强烈的刺激掩盖痒感,但辣椒素的刺激性极强,会严重刺激皮肤,可能导致皮肤红肿、刺痛,甚至引发过敏,大家绝对不要尝试,以免造成不必要的皮肤伤害。

电击止痒器,千万不要用

除了热风止痒法,近年来还有一种“黑科技”蚊虫叮咬止痒器在网上走红,深受不少网友追捧。这种止痒器的使用方法非常简单,外形像一支小小的注射器,握住机身,把尖头对准蚊子包,轻轻按一下按钮,就会有轻微的电击感,皮肤会感觉麻麻的,痒感也会瞬间减轻,看似方便又高效。

有好奇心强的网友拆开这种止痒器一看,里面的东西让人十分眼熟——原来,它的核心部件,正是小时候很多人都玩过的、用来电人的打火机点火器,只不过换了一个外壳,摇身一变成了“网红止痒神器”。由于它结构简单、成本低廉,而且止痒效果立竿见影,此类蚊虫止痒器近年来在网上销量不低,也引起了不少网友的关注和跟风购买。

但在这里,皮肤科医生的答案是明确的:这种打火机内芯改造的

电击止痒器,千万不要用!这类自制或低成本改造的设备,电压极不稳定,放电也无法控制,轻则会导致皮肤局部灼伤、出现红色印记,重则会造成电击伤,甚至引发皮肤溃疡,后续处理起来非常麻烦,其潜在风险远远大于它那微不足道的止痒效果。

如果大家确实想尝试类似原理的止痒产品,医生建议选择正规品牌生产的脉冲止痒笔,这类产品经过专业检测,电压稳定、放电温和,相对安全,但效果也因人而异,并非所有人都适用。总的来说,不管是热风止痒,还是各类网红止痒产品,都不如最基础、最安全、最有效的止痒方式——冷敷和涂抹正规药膏。被蚊子叮咬后,先用肥皂水或流动清水冲洗,再用凉毛巾冷敷,痒痒剧烈时涂抹炉甘石洗剂等正规止痒药膏,才是最稳妥的选择。

小贴士

用风油精或者指甲刻十字止痒对吗?

风油精靠薄荷脑和樟脑带来清凉感,本质上是用冷感“骗”过大脑,减轻痒痒感,但对敏感皮肤的人群来说,可能引起接触性皮炎,婴幼儿不建议使用。至于用指甲刻“十字”,那是典型的用痛觉压制痒觉,短期内好像有用,但要防止用力过度导致皮肤破溃,诱发感染。建议用冰袋或冷水冲洗蚊子包进行冷敷,外涂炉甘石洗剂或者抗组胺药膏,痒得受不了的时候可以口服抗组胺药物。

建议用冰袋或冷水冲洗蚊子包进行冷敷。



驱蚊花露水能用来止痒吗?

驱蚊剂和止痒剂是两个完全不同的东西。驱蚊剂的任务是让蚊子不敢靠近,应该涂在还没有被叮咬的暴露皮肤或者衣物上,绝对不能涂在已经叮咬过的地方。止痒剂的任务是缓解已经发生的痒痒,像炉甘石洗剂、抗组胺药膏才是正确的选择。驱蚊花露水里往往含有酒精和香精,涂在蚊子包上因清凉而让人觉得舒适,但对酒精过敏的人群来说,可能会诱发皮肤痒痒。

止痒剂的任务是缓解已经发生的痒痒。

