

- 
- 
- 
- 
- 
- 

الخميس ٢٨ صفر ١٤٤٨ هـ - 13 أغسطس 2026 م

أخبار النافذة

[نصائح لتجنب لدغات الحشرات خلال موجة الحرقانون إعادة تنظيم جهاز مستقبل مصر: مناورة تشريعية وسياسية إسقاط وقف إطلاق النار من جانب واحد إتفاقية مكة للدفاع المشترك.. كيف سيتم تطبيقها؟ مجزرة رابعة والآثار التي لم تنته بقيادة ترامب.. نيويورك تايمز || انتصار عبدالرحمن السيد بشر موجة من الإسلاموفوبيا ريسونسل ستيت كرافت || كيف يمكن للخلاف المصري الإثيوبي أن يترك خطط لهذه الأسباب لم تنضم مصر إلى إتفاقية مكة ؟ || BBC ترامب في أفريقيا؟](#)

□

- [الرئيسية](#)
- [الأخبار](#)
 - [اخبار مصر](#)
 - [اخبار عالمية](#)
 - [اخبار عربية](#)
 - [اخبار فلسطين](#)
 - [اخبار المحافظات](#)
 - [منوعات](#)
 - [اقتصاد](#)
- [المقالات](#)
- [تقارير](#)
- [الرياضة](#)
- [تراث](#)
- [حقوق وحريات](#)
- [التكنولوجيا](#)
- [المزيد](#)
 - [دعوة](#)
 - [التنمية البشرية](#)
 - [الأسرة](#)
 - [ميديا](#)

[الرئيسية](#) » [الأخبار](#) » [منوعات](#)

نصائح لتجنب لدغات الحشرات خلال موجة الحر





الخميس 13 أغسطس 2026 04:00 م

يحذر الخبراء من أن ارتفاع درجات الحرارة لفترات طويلة يخلق مناخًا مثاليًا لتكاثر الحشرات، ومن المرجح بشكل خاص أن تلاحظ وجود المزيد منها بالقرب من مصادر المياه، حيث تضع بيضها.

ونشرت صحيفة "ذا صن" قائمة بأهم النصائح لتجنب لدغات الحشرات خلال موجة الحر على النحو التالي:

لا تضع العطور

تنجذب البعوضات الماصة للدماء إلينا جزئيًا عن طريق الرائحة، مثل ثاني أكسيد الكربون في أنفاسنا وجميع الروائح الأخرى التي نصدرها، بما في ذلك العرق.

بمجرد أن تلدغ، تترك لعابها تحت الجلد، ورد فعل جسمنا تجاه هذه البروتينات هو ما يسبب الحكة والطفح الجلدي.

بعض العطور ومستحضرات الكولونيا، وبخاصة تلك التي تحتوي على روائح الزهور أو الفواكه، تجعل بشرتنا أكثر جاذبية للبعوض لأنها تحاكي رائحة مصادر الطعام.

الروائح الحلوة هي الأسوأ، لذا تجنب العطور التي تحتوي على روائح مثل الفانيليا أو الشوكولاتة أو الورد.

استحم

البعوض حساس للغاية لروائح الجسم، لذا إذا لم تستحم بعد يوم تحت أشعة الشمس الحارقة، فقد تجد نفسك وجبة دسمة للبعوض.

إذا كنت تمارس الرياضة أو تقوم بأنشطة تُسبب التعرق، فمن المرجح أن يتراكم حمض اللاكتيك على بشرتك، وهو ما يُفضله الحشرات. اغسل جسمك جيدًا لتجنب لدغات الحشرات.

استخدم مزيل العرق

تشير بعض الدراسات إلى أن استخدام مزيل العرق يمكن أن يقلل من فرص تعرضك للدغات الحشرات بنسبة تصل إلى النصف.

يقلل استخدام مضادات التعرق من مستويات التعرق لمنع روائح الجسم القوية التي تجذب الحشرات.

قد تُربك بعض المواد الكيميائية البعوض فتجعله يتجنبك، ولكن نظرًا لاختلاف المكونات من علامة تجارية لأخرى، فلا ينبغي الاعتماد على أي منها كـ "طارد" مثبت.

لكن استخدام مزيل العرق مع وسائل مكافحة الحشرات الأخرى قد يكون أفضل.

استخدم مروحة

قد يمنع وجود مروحة تعمل على تدوير تدفق الهواء، خاصة بالقرب من السرير ليلاً، الحشرات الصغيرة التي تطير نحوك لأنها ليست حشرات طائرة قوية.

لا ترتد اللون الأحمر

تنجذب الحشرات الطائرة بشكل طبيعي إلى الألوان الزاهية مثل الأحمر والبرتقالي والأزرق، ولكنها تنجذب أيضًا إلى اللون الأسود.

لذا تجنب هذه الألوان إذا كنت عرضة للدغات الحشرات أو كنت في منطقة ذات تركيز عالٍ من الحشرات، مثل بالقرب من نهر.

بدلاً من ذلك، ارتدِ ملابس بيضاء أو بيج، فقد أظهرت دراسة أن ذلك يقلل من انجذاب الحشرات. كما أن ارتداء أكمام طويلة وتقليل مساحة الجلد المكشوفة يساعد على ردها. يمكنك أيضاً رش الملابس بمبيد حشري.

حيلة الليمون

إن حشو نصف ليمونة طازجة بعشرة فصوص قرنفل مجففة ووضعها على طاولة أو بجانب سريرك هو حيلة رخيصة وبسيطة لردع البعوض.

ومن بين الروائح الطبيعية الأخرى التي يقال إن الحشرات تكرهها النعناع البري وعشب الليمون والأوكالبتوس.

إذا تعرضت للدغة، اغسل المنطقة وضع كمادة باردة على التورم. وتجنب الحك لأن لدغات الحشرات قد تُصيب بالعدوى.

تقارير



[خصم 50% على مونيرويل شرق النيل يكشف أزمة التسعير وضعف إقبال محدودي الدخل](#)
الجمعة 22 مايو 2026 06:30 م

تقارير



[استغاثه عاجلة لإنقاذ حياة الدكتورة شيرين شوقي المعتقلة بسجن العاشر من رمضان](#)
الأربعاء 15 أبريل 2026 11:00 م

مقالات متعلقة

[عجائب لا يؤمن بها الكثيرون.. 9 أسباب تجعلك تحبها](#)

[روتين الجدات يعود للواجهة.. 9 عادات صباحية تمنحك السعادة والذكاء والإنتاجية](#)
لأطفالنا.. 9 أسباب تجعلك تحبها

[ناقوس خطر.. اكتشاف مواد كيميائية في حليب الأم تؤثر على هرمونات الأطفال](#)
عقوداً.. 9 أسباب تجعلك تحبها

[النوم المبكر والاستيقاظ في الصباح الباكر.. عادة بسيطة تصنع يوماً أكثر صفاءً وقوة](#)
وبراً.. 9 أسباب تجعلك تحبها

[منتجات التنظيف المنزلية تضر بالصحة.. بدءاً من العيوب الخلقية إلى التهاب المفاصل والربو](#)

- [التكنولوجيا](#)
- [دعوة](#)
- [التنمية البشرية](#)
- [الأسرة](#)
- [ميديا](#)
- [الأخبار](#)
- [المقالات](#)
- [تقارير](#)
- [الرياضة](#)
- [تراث](#)
- [حقوق وحريات](#)

□

- [f](#)
- [t](#)
- [v](#)

- 
- 
- 

ادخل بريدك الإلكتروني

إشترك

جميع الحقوق محفوظة لموقع نافذة مصر © 2026