

벌레 물림 대처·예방 카드

먼저 씻고 차갑게, 긁지 않게. 전신 반응은 바로 119.

바로 119에 도움을 요청할 신호

입술·혀·얼굴 부종 · 숨쉬기 어려움·쌽쌽거림 · 온몸 발진 · 반복 구토 · 어지러움·쓰러짐 · 깨우기 어려움·의식 변화

공통 첫 대처

1 씻기

비누와 흐르는 물로 부드럽게 씻어요.

2 차갑게

차가운 팩은 천으로 감싸 잠깐 대요.

3 관찰하기

시각·장소·범위와 아이 상태를 적어요.

상황	관찰할 점	다음 행동
모기·작은 벌레	국소 가려움·붓기, 범위가 커지는지	씻기·냉찜질·긁지 않기. 열감·고름·발열 또는 계속 번지는 붉음은 진료
벌 쏘임	침이 남았는지, 입·혀·목 주변인지, 여러 번 쏘였는지	침이 보이면 안전하게 제거 후 씻기·냉찜질. 입안·목 또는 여러 번이면 신속 진료
진드기	몸에 붙어 있는지, 야외활동 후 2주 이내 발열·소화기 증상·검은 딱지	손톱으로 터뜨리거나 무리하게 떼지 말고 보건소·의료기관에서 제거
여름 피부 트러블	접히는 곳의 붉음, 물집·진물·통증·발열	시원하고 건조하게 유지. 물집·진물·통증·발열과 함께 퍼지면 진료

하지 않아요

얼음 직접 대기 · 물린 자리 세게 문지르기 · 민간요법 바르기 · 여러 연고 겹쳐 바르기 · 아이에게 맞는지 확인하지 않은 약 사용하기

외출 전후 예방·관찰 카드

예방은 피부 노출과 벌레가 머무는 환경을 줄이는 것부터 시작해요.

외출 전

- ☐ 밝고 헐렁한 긴 옷과 양말을 준비했어요.
- ☐ 기피제는 제품 표시·연령 기준·사용 부위·횟수를 확인했어요.
- ☐ 119 연락과 가까운 의료기관 위치를 확인했어요.

외출 후

- ☐ 옷을 털어 세탁하고 몸을 씻었어요.
- ☐ 귀 주변·겨드랑이·배꼽·허리·무릎 뒤를 확인했어요.
- ☐ 집 주변 고인 물과 방충망 상태를 확인했어요.

피부·상태 관찰 기록

응급 신호가 있으면 기록보다 119 연락이 먼저입니다.

날짜·시각	장소·상황	피부 변화·범위	호흡·반응·동반 증상

진료·상담 메모

일반 정보이며 진단·처방을 대신하지 않습니다. 약 사용은 의사·약사에게 확인하세요.