

戶外防蜂全攻略：踏青登山不踩雷！虎頭蜂預防與應變全民手冊

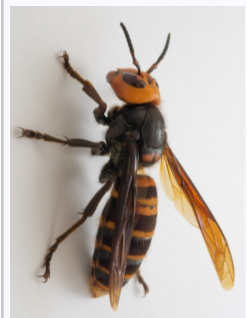
彙整自勞動部職安署《從事戶外工作虎頭蜂螫危害預防指引》、安奎博士《與虎頭蜂共舞——安奎的虎頭蜂研究手札》

一、認識虎頭蜂：什麼時候最危險？

虎頭蜂的活動與氣溫及季節息息相關：

- 5~6月(築巢期)：冬眠甦醒($12 \sim 13^{\circ}\text{C}$ 以上)，新蜂王開始建巢。
- 7~8月(活躍期)：夏天工蜂大量增加，覓食頻繁。
- 9~11月(最危險期)：蜂群規模達到高峰，蜂巢最大且秋季食物減少，防禦性與攻擊性最強！
- 12~4月(休眠期)：氣溫降至 16°C 以下，蜂群解體，僅交尾後的新蜂王找隱蔽處冬眠。

二、臺灣常見 4 大虎頭蜂照片與圖解對照

蜂種照片	蜂種名稱	常見築巢地點	追擊距離	凶猛度與攻擊特徵
	黑腹虎頭蜂 (<i>Vespa basalis</i>)	高大樹枝、懸崖	100 公尺	● 凶猛度第 1 名！腹部全黑，巢出入口多，短時間內會出動大量蜂群追擊，致死率最高。
	中華大虎頭蜂 (<i>Vespa mandarinia</i>)	地下洞穴、土穴、樹根底	50 公尺	● 體型最大！頭部橙黃色，腳步聲震撼或靠近即可能被襲。唯一螫針可能留在皮膚上者。
	黃腳虎頭蜂 (<i>Vespa velutina</i>)	高大樹枝、視野開闊處	50~100 公尺	● 山林最常見！腳節末端呈鮮黃色，秋季蜂巢巨大，警戒範圍廣。

	黃腰虎頭蜂 (<i>Vespa affinis</i>)	都會區、平地、 家簷下、低矮樹 叢	20~30 公尺	● 都市最常 見！腹部前段 有鮮豔黃色環 帶，攻擊性較低 ，極少致死。
---	-----------------------------------	-------------------------	----------	---

💡 小知識：蜜蜂性格溫和且螫針具倒鉤(螫人後蜜蜂會死亡)；虎頭蜂與長腳蜂螫針無倒鉤，可重複連續攻擊，並會釋放警報費洛蒙召來同伴！

三、戶外防蜂黃金法則：穿著與行為規範

1. 穿著原則(防護到位)

- ✓ 淺色、光滑：穿著白色、淺色且布料光滑的長袖長褲與帽子。(蜂類偏好攻擊深色、粗糙毛絨物，因為酷似天敵熊或貂)。
- ✓ 扎緊褲管：將長褲管扎入鞋靴或襪子中，防止地棲蜂(如大虎頭蜂)鑽入。

2. 行為禁忌(切勿招惹)

- ✗ 嚴禁香氣：戶外切勿使用香水、香氛髮品或具香味的化妝品。
- ✗ 勿探險荒徑：避免進入無人走過的密林、草叢、山岩洞穴或樹叢底層(可能踩踏地下的大虎頭蜂巢)。
- ✗ 食物密閉包裝：虎頭蜂為雜食性，成蜂喜好甜食(果汁、手搖飲)，幼蟲需吃肉類(烤肉、生肉)。吃剩的食物殘渣與果皮務必用密封袋包好，不可隨意丟棄。

四、遇到虎頭蜂怎麼辦？4 階段應變指南

遇到虎頭蜂時，「快速動作」與「尖叫拍打」是引爆攻擊的主因(隨風飄動的黑髮、急速眨眼、揮手打蜂都會被當成敵害攻擊)！

【階段 1: 採集蜂】1~2 隻近身繞圈

└► 處置：保持鎮靜警覺，順暢移動離去(千萬不要拍打或尖叫)。

【階段 2: 巡邏蜂】2~3 隻圍繞頭部打轉盤旋

└► 處置：屏住呼吸、低身、安靜緩慢退離現場。

【階段 3: 警戒狀態】圍繞頭部的蜂越來越多

└► 處置：朝飛來的反方向或順風(下風)處沉穩大步離開。可用淺色光滑外套包住頭頸(僅留眼睛)。

【階段 4: 攻擊狀態】已發動襲擊(蜂群追擊或有人被螫)

└► 處置：用衣物保護頭頸，朝順風處快速逃離！多人時分開方向跑。

❌ 絕不可臥倒/趴下、絕不可原地揮衣、絕不可朝蜂巢方向跑！

⚠ 逃生提醒：逃離時務必保持冷靜看清路況，切勿因慌亂跌落山谷、溪谷或摔傷。



五、蜂螫現場急救 4 步驟

若不幸被虎頭蜂螫傷，請依以下步驟處理：

1. 移至安全處並檢查螫針：離開現場後立即檢視。若有殘留蜂針（大虎頭蜂或蜜蜂），用指甲、信用卡邊緣或鑷子輕輕刮除/挑掉。
 -  嚴禁手擠：切勿用手擠壓傷口，否則會把毒囊內的毒液直接擠入體內！
2. 清洗與冰敷：用清水沖洗傷口，並以冰敷減輕劇烈疼痛與紅腫。
3. 觀察過敏反應：若 10~30 分鐘內出現蕁麻疹、皮膚劇癢，應送醫施打抗組織胺。
4. 過敏性休克急救（致死主因）：若出現暈眩、心悸、呼吸困難、聲門水腫等症狀，由具資格人員施打腎上腺素（EpiPen）並立即撥打 119 送醫！



六、結語：與大自然和諧共處

1. 生態益蟲：虎頭蜂捕食大量小型昆蟲與害蟲，是維持自然生態平衡的重要角色。
2. 人不犯我，我不犯人：虎頭蜂不會無故攻擊人，螫人事件多因蜂巢遭到干擾或破壞。
3. 理性面對：野外若發現蜂巢且無立即危害，請保持距離並繞道，無需盲目通報摘除，留給野生動物生存空間。