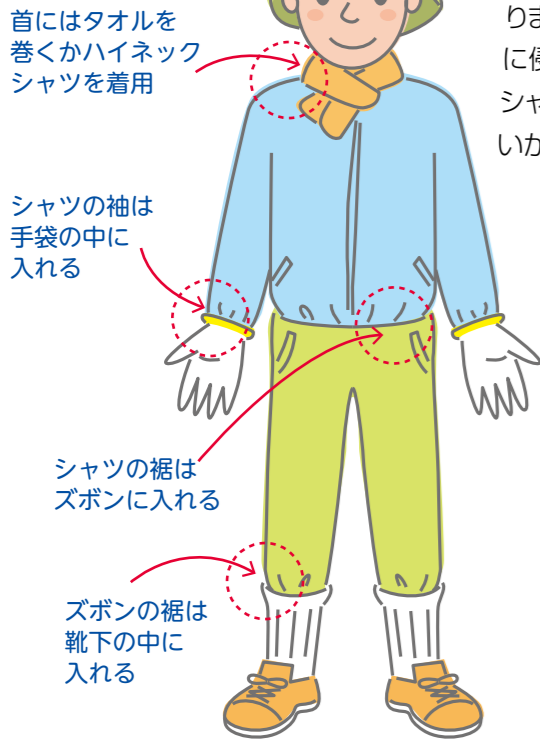


## マダニ感染症にならないために

### マダニに咬まれないことが大切です!!

#### 野山に出かける ときの服装



予防はマダニに刺されないことがまず重要です。マダニの生息しているような野外にでかけるときには、素肌を出さないように長袖長ズボンが基本になります。這って侵入してくるので、手首と足首の部分に侵入されないように工夫が必要です。帰宅したらシャワーや風呂に入って、ダニが体に付着していないかチェックすることも必要です。

**POINT**

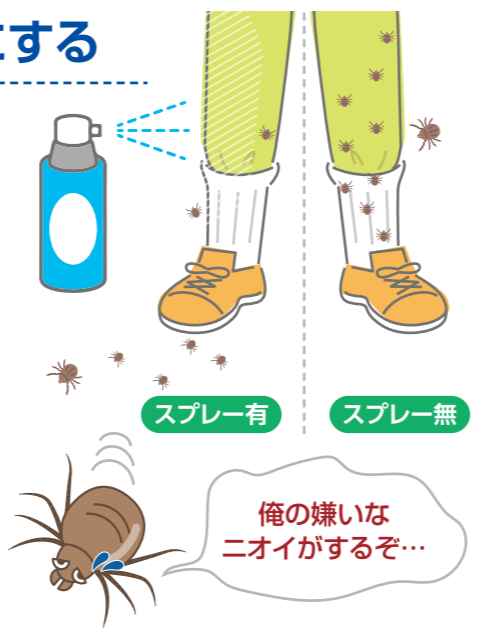
- ✓ 長袖・長ズボン
- ✓ 首元・手首・足首を覆う
- ✓ 帽子
- ✓ 手袋・靴下



首、腕、足などの露出を少なくし、マダニに咬まれないようにしましょう。

## 「虫よけ剤」を使って寄せ付けないようにする

いわゆる「虫よけ」も完全ではありませんが、ある程度の効果があります。「虫よけ」は市販されており、ディートもしくはイカリジンの2種類の有効成分があります。効果は両者ともに同等といわれており、ディートは子供での使用は年齢制限があり、イカリジンはありません。



有効成分「ディート」は赤ちゃんや幼児には使えません

マダニ予防には完璧な方法はありません。服装と虫よけの両方を併用して咬まれないことが大切です。



# どくむし 毒虫から命を守るために



ハチやマダニが原因で起こる危険な病気って?

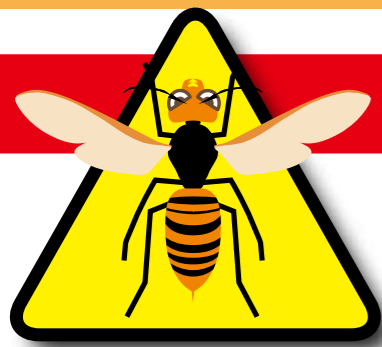
スズメバチ

マダニ

これから、夏本番の時期になり、みなさんレジャーで海や山に行かれると思いますが、いろいろなトラブルもつきものです。中でもよくある虫刺されを解説します。一般的に虫刺されの原因は「毒虫」といっていますが、「毒虫」という名前の虫はいません。人間に危害を加える昆虫や節足動物をひとまとめにして「毒虫」としています。「毒虫」が人間に危害を加えるパターンは5つあって、①虫がヒトを刺したり咬んだりする：ハチなど ②虫の有毒成分と接触する：ドクガなど ③虫が吸血する：ノミなど ④虫が寄生する：シラミなど ⑤虫が病原体を媒介する：マダニなど。ここでは、これからの時期に多くかつ重症化するハチとダニを取り上げます。



# 春～秋、スズメバチに注意!

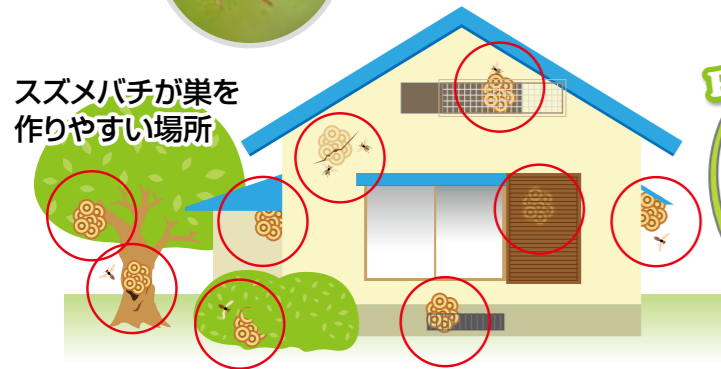


## スズメバチに刺されないために

ハチですが、マルハナバチのようにこちらからつかんだりしない限り刺さないようなおとなしい種類からスズメバチのように巣の近くを通っただけでも襲ってくるような凶暴な種類まで様々です。ハチは黒い色を執拗に攻撃することや香料で攻撃性が増すことが知られています。ハチと遭遇することが予想されるような状況、例えばハイキング時には黒い色の服は着ない、香水はつけないといった注意が必要です。



スズメバチが巣を作りやすい場所



スズメバチは多数の種類がありますが、被害が多いのは世界最大のオオスズメバチと、巣が国内最大になるキイロスズメバチです。両者は小型の昆虫や樹液、花の蜜がエサであり、ジュースの空き缶等にも集まるので注意を要します。オオスズメバチは林や畑の土中に巣を作ることが多く、キイロスズメバチは人家の軒下にも巣を作ることがあり、不意の遭遇で襲われる危険があります。アシナガバチの種類も人家の軒下などに巣を作ることが多いので注意が必要です。身近な場所に蜂の巣を見つけたときは、危険なので自分で駆除しようと思わずに、一度、行政に相談してください。



**POINT**

- ☑ 白っぽい服装
- ☑ 長袖・長ズボン
- ☑ つばの広い帽子
- ☑ 香水は付けない

香水

ジュースの空き缶

自分で駆除せずに保健所に相談しましょう



## スズメバチに刺されたら



どのハチに刺された場合でも対処法は同じです。刺された時の症状は局所と全身に分けて考えます。局所の症状は刺された瞬間に激痛があり、その後、赤く腫れ、痛みが生じます。治療は冷却とステロイドの外用です。昔から巷間でいわれているようなアンモニア水やアロエは効果がありません。

## アナフィラキシーショックに注意



### こんなときはすぐ医療機関へ

一度症状が軽快しても数日後に遅延型の反応として赤く腫れたり、痛みが再発することもあります。全身症状は通常ありませんが、刺傷2回目以降は呼吸困難や血圧低下をおこすアナフィラキシー症状が出て、生命に関わる事態になる可能性があります。

# マダニを媒介する病気に注意!



## マダニはこんな姿をしている!

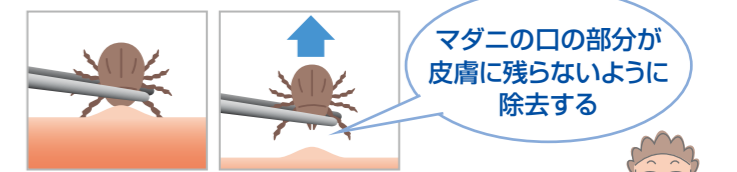


吸血後のマダニは10mm大になることも!

ヒトに吸着するマダニは10種類程度で、雑木林の下草などに生息しており、そこを通った時に吸着されます。吸血を始めると口器を刺入して数日間吸血し続け、発見時には10ミリ程度になっていることもあります。

## 咬まれたときは無理に取らない

無理に除去すると虫体がちぎれ、口器が皮膚に残りしこり(異物肉芽腫)になるので注意が必要です。



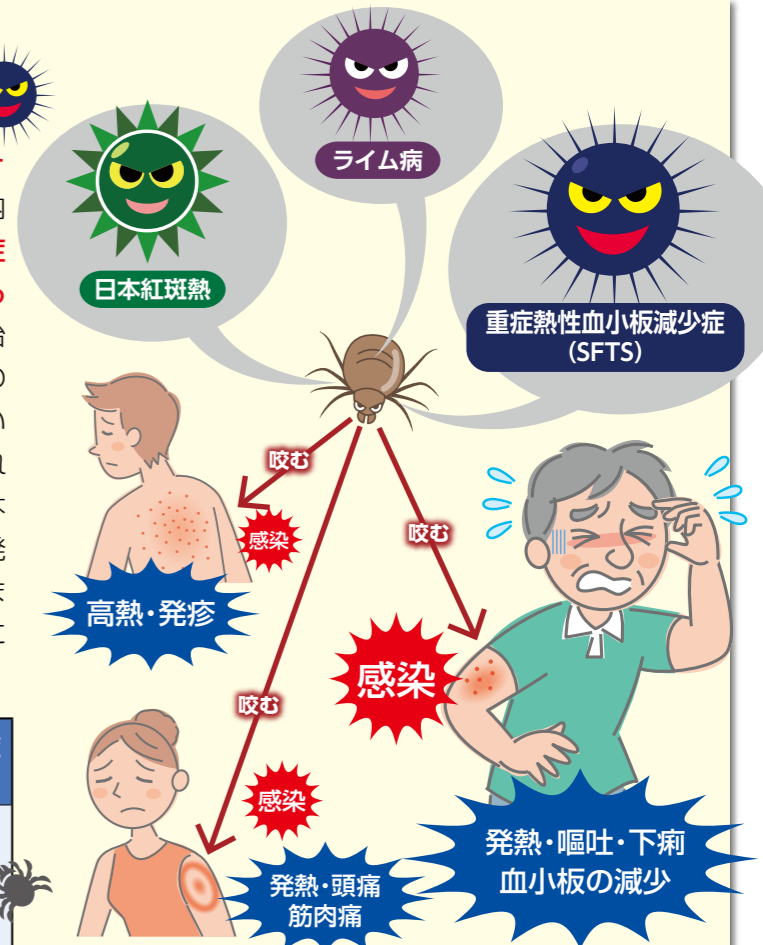
無理に手で取らず皮膚科を受診しましょう



## マダニからうつる危険な感染症とは

最大の問題は病原体を媒介することです。日本国内では日本紅斑熱、ライム病、重症熱性血小板減少症(SFTS)が知られています。これらの疾患は重症化すると死亡することもあります。日本紅斑熱とライム病は治療法が確立されており、マダニに刺された事実と皮膚の発疹からの早期の診断が必要です。マダニの生息しているような野外での活動をした後に、ライム病では刺された部位周辺に赤い発疹が同心円状に出てきます。日本紅斑熱では発熱や全身倦怠感と全身に赤い発疹が多発します。このような症状があれば皮膚科を受診しましょう。重症熱性血小板減少症はマダニに刺された後に発熱や全身倦怠感が出現します。

病名	日本紅斑熱	ライム病	重症熱性血小板減少症(SFTS)
発症までの日数	2～8日程度	数日～数週間	6日～2週間
症状	全身に赤い発疹 発熱や全身倦怠感	刺された部位周辺に赤い発疹が同心円状に出る 筋肉痛や関節炎・発熱	発熱や全身倦怠感 吐き気・腹痛 血小板の減少
治療法	あり	あり	なし



**重症熱性血小板減少症候群は重症化して死亡することもある!!**

