

クリニックレポート

今月の話題：マダニに注意

川遊びやキャンプなどアウトドアが楽しい季節となりましたが、夏のアウトドアで注意したいのが、虫刺されです。今回はマダニについてお伝えします。

マダニについて

- 家ダニとは違い、マダニは森林などに生息します。民家の裏山や裏庭などの草むらにも生息し、動物や人の血液を吸います。
- 人に咬みつくと、満腹になるまで長期間（10日間以上のことも）離れません。
- 春から秋にかけて活動が活発になります。
- マダニの数パーセントが細菌やウイルスを保有すると言われています。



マダニによる感染症

- マダニに咬まれた後、1週間前後で「日本紅斑熱」や「重症熱性血小板減少症候群（SFTS）」を発症することがあります。（すべてのマダニが病原体をもつわけではなく、必ず感染症になるわけではありません。）

<重症熱性血小板減少症候群（SFTS）>

発熱、消化器症状（嘔気、嘔吐、腹痛、下痢）
致死率10～30%と言われています。

<日本紅斑熱>

頭痛、発熱、倦怠感、痛みやかゆみのない発疹

森林に行った後に上記症状がある時は、医療機関を受診し、森林に行ったことを医師に伝えてください。

マダニから身を守るために

- 森林や草地に行く時は、長袖、長ズボンを着用する。
シャツの裾はズボンの中に入れ、ズボンの裾は靴下の中に入れる。
- 帽子、手袋を着用し、首にタオルを巻いて肌の露出を少なくする。
- サンドダルは避け、足を完全に覆う靴を履く。
- マダニが付着しにくいナイロン製などの表面が滑らかな素材の衣服を選ぶ。
- 付着したマダニを見つけやすい明るい色の服を着る。
- 服を着用した上から、「ディート」や「イカリジン」配合の虫よけスプレーを吹き付ける。
- 帰宅後は家の中に入る前にマダニが衣服に付着していないか確認する。
付着している場合はガムテープで取り除く。
- マダニに咬まれても痛みもかゆみもなく気づかない場合があります。帰宅後は入浴し、皮膚（わきの下、足のつけ根、ひざの裏、胸の下、髪の毛の中などの柔らかい皮膚の部分）にマダニが吸血していないか確認する。
- 犬や猫などのペットにも吸血します。散歩後はブラッシングをしてマダニの付着を確認する。
- マダニに咬まれた場合は、速やかに皮膚科を受診し処置を受けてください。

