

虫さされに気を付けましょう！



虫さされ（虫刺症）とは、虫に刺されることで起こる皮膚炎の総称です。刺される以外にも血を吸われる、接触する、噛まれる等も全て虫さされと呼びます。蚊やダニなどは、ウイルスや細菌による感染症を媒介することも知られています。今回は代表的な虫の種類や症状、対処法などをご紹介します。



代表的な虫の種類と刺された時の症状

蚊

蚊は家の中、山の中、公園などどこでも生息します。蚊に刺された場合の皮膚反応として、刺されてすぐに出現する赤みやかゆみ（即時型反応）と、刺されて1～2日で出現する赤みやかゆみ（遅延型反応）があります。これらの反応は年齢とともに変化します。一般に乳幼児期には遅延型反応のみ、幼児期～青年期には即時型反応のみが出現し、老年期になるといずれも生じないとされますが、実際には個人差があるため一概には言えません。

即時型反応
→



©社団法人日本皮膚科学会

遅延型反応
→



©社団法人日本皮膚科学会

引用：皮膚科 Q&A (<https://www.dermatol.or.jp/qa/qa16/q04.html>)

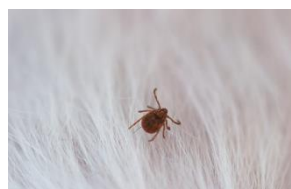
ブユ（ブヨ・ブト）

ブユは2mm～4mmほどの小型のハエのような虫で、刺されると半日～1日後に激しいかゆみと赤い腫れが現れます。蚊と違い、皮膚を噛んで吸血するため、赤い出血点や内出血ができることがあります。蚊に比べて毒性が強いため、かゆみや腫れの症状が強く、しこりが残ることもあります。



イエダニ

室内で刺されるほとんどはネズミに寄生するイエダニの被害です。イエダニは体調0.7mm前後でとても小さく、寝ている間に布団に潜り込んで吸血します。下腿部や太ももなど柔らかい皮膚が刺されやすく、かゆみの強い小さなしこりがたくさんできます。



ハチ

ハチに刺されるとすぐに激しい痛みを感じ、赤く腫れ始めます。この症状は1日で良くなるのがほとんどですが、注意しなければならないのは2回目以降です。1度刺されて体内に抗体が作られると、2回目以降に刺された時にアレルギー症状が現れるようになります。多くの場合、刺されてから30分以内に全身にかゆみや蕁麻疹、吐き気、むくみなどが現れ、ひどい場合には**アナフィラキシーショック**（生命にかかわる重度のアレルギー）を起こします。このような症状が現れた場合は**すぐに救急車を呼びましょう**。



アナフィラキシーショックとは？

全身性のアレルギー症状に加えて、血圧低下や意識消失を伴う場合をアナフィラキシーショックといいます。大半の人で起こるのが、唇や舌などの粘膜が腫れる・蕁麻疹などの皮膚症状で、数分以内に呼吸器、循環器症状を合併します。呼吸器症状では、気道が狭くなり呼吸困難を引き起こします。循環器症状は、血圧低下、動悸、意識消失を呈し、ひどい場合には心肺停止になります。

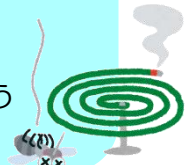
マダニ

草むらに潜むマダニは体調3~10mmの大型のダニで、皮膚の深くに口器を突き刺し長時間（数日から長いと10日間以上）吸血します。マダニの唾液には麻酔物質が含まれており、噛まれた直後は気が付かないことが多いです。満腹になると自然に脱落しますが、その後かゆみ、痛み等症状が残ることがあります。また、吸血を介して日本紅斑熱や致死率30%とも言われている重症熱性血小板減少症（SFTS）等の感染症を発症することがあり注意が必要です。



虫刺され予防と対処法

- 屋外で活動する場合には、帽子、長袖、長ズボンを着用し**肌の露出を避けましょう**
- 蚊取り線香**、**虫よけスプレー**をつけましょう
- 虫は黒っぽい色を好む種が多いため、服や帽子は**明るい色**を選びましょう
- 池や川の近く等の水辺など、虫に刺されるリスクが高い場所での活動を避けましょう



虫を上手に予防して、夏のレジャーを楽しみましょう！

文責：常務理事 大西昭彦
作成：保健師 小野