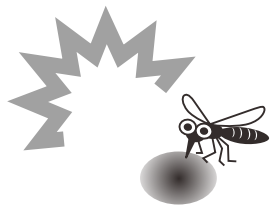


# 虫刺され

思わぬリスクに気を付けよう



小さな虫にご注意ください

宣言

明るい  
笑顔

すぐ  
返事

伝える  
元気

かちどき薬品 ホームページ  
健康に関する情報がいっぱい  
<http://www.genki1616.co.jp>

かちどき薬品グループ



かちどき薬局のブログ  
[ameblo.jp/kachidoki-blog](http://ameblo.jp/kachidoki-blog)



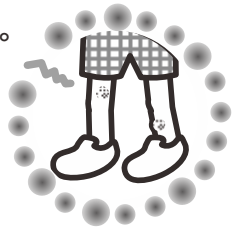
Seedlings 2020 7月号

Copyright © 2020 かちどき薬品株式会社 <http://kachidokikk.co.jp/>  
健康情報サイト げんき君 <http://genki1616.co.jp>

## ● 気を付けよう ● 虫刺され

アウトドアで過ごす楽しみが増える春から夏にかけては、虫たちが活動的になり、最も刺されやすい季節です。

虫に刺されたら・・・かゆくなる、腫れてしまう・・・  
だけでは済まないことがあるので、注意が必要です。



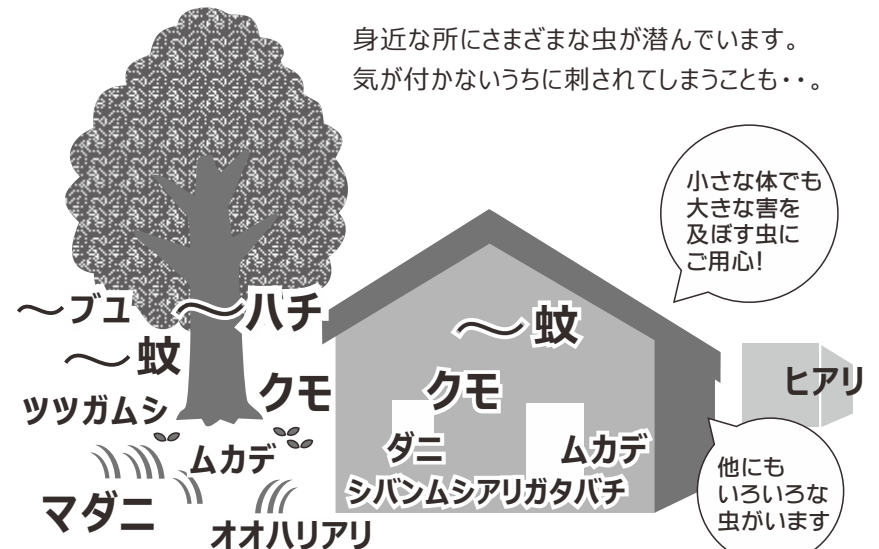
### 虫刺されで高まるリスク

- 皮膚炎・・・炎症が慢性化したり、掻き傷から二次感染を起こすことがあります
- 感染症・・・虫がウイルスなどの病原体を保有し、人に感染することがあります
- ショック症状・・・急激な血圧低下などで命に危険が及ぶことがあります

咬む虫もいますが、「虫刺され」と総称しています。

## こんな所にいます

身近な所にさまざまな虫が潜んでいます。  
気が付かないうちに刺されてしまうことも・・・。



うっかり刺されないための

# 虫対策のキホン

## 寄せ付けない!

### 肌を露出しない

どんな虫にも共通の対策は肌を出さないことです。暑い日は通気性の良い素材で、腕や素足が極力出ない衣服を着ましょう。



### 虫よけ剤を使う

虫よけ剤を上手に利用しましょう。

日焼け止めを併用する場合は  
①日焼け止め ②虫よけ剤  
の順番で使しましょう。



ディート製剤の幼児・乳児への使用は控えてください。

### 肌を清潔に保つ

汗をかいていたり、飲酒後の皮膚から放出される二酸化炭素につられて虫が寄ってきます。こまめに汗を拭くなど、清潔を心掛けましょう。

## 増やさない!

### 掃除と換気をする

こまめに掃除をする、ゴミは放置しない、通気を良くすることが屋内のダニや害虫対策に効果的です。



### ドアや窓を閉める

数ミリの隙間でも虫は入ってきます。ドアや窓は開けたままにせず、網戸は隙間が空いていないかチェックを。

### 防虫剤・殺虫剤を使う

屋内への侵入を防ぐ防虫剤や、蚊取り器・スプレーなど、虫の種類に合った殺虫剤で駆除します。

乳幼児やペットのいるご家庭では使用法に注意してください。

# 虫によって違う リスクと対策

それぞれの虫の対処のコツを知り、上手にガードしましょう。

症状や経過には個人差があります。

## 蚊



ヒトスジシマカ (ヤブカ) 4.5mm  
アカイエカ 5.5mm

- かゆみ
- 赤く腫れる

《被害の多い場所》

ヒトスジシマカは朝と夕方の屋外  
アカイエカは夕方～夜にかけて屋内

屋外   
屋内

**感染症  
リスク**

蚊が媒介する感染症は日本脳炎、海外ではマラリア、テング熱、ジカ熱、ウエストナイル熱など。重症化すると命に関わる場合もあるので、海外渡航後に発熱などの症状が現れた場合は医療機関を受診すること。

### 被害を防ぐには

涼しい時間帯や、草地などでは肌の露出を抑えた服装を心掛ける。産卵場所になるので水溜まりをなくす。

ヒトスジシマカは足を清潔にすると刺されにくいと言われています。

- ◎虫よけ剤
- ◎蚊取り器 屋外では携帯用の蚊取り器
- ◎殺虫剤

### 刺された時は・

患部を冷水と石けんで洗い流す。  
かゆみ止めの薬を塗る。



蚊に刺された後に掻いて傷ができる二次感染する可能性があります。皮膚の掻き壊しを防ぐため、爪を短く切り、日頃から清潔にすることも大切です。

## 刺されてしまったら・・・

### 患部を冷水でよく洗い流す

### 市販の虫刺されの薬を使う

軟膏などの外用薬や内服薬があります。薬剤師に相談し、症状に合った薬を使いましょう。

### かゆみ・腫れ・痛みが強い時は早めに皮膚科を受診する

可能であれば、虫の写真を撮っておくと診断に役立ちます。

かゆみや腫れの他に、以下のような症状が現れることがあります。

**! こんな症状は  
すぐに受診を**

- ☑吐き気がする ☑息苦しい
- ☑脈が弱くなる
- ☑けいれんする
- ☑尿意や便意が頻繁になる

## ブユ



3~4mm

時間が経ってから

- 赤く腫れる
- 強いかゆみ

高原  
溪流など、きれいな水のある場所

屋外

刺されている時は自覚症状がなく、刺されて半日ほど経ってから症状が現れ、翌日はかゆみが強くなる。ブユによく刺される人は、すぐに自覚症状が生じることがある。

### 被害を防ぐには

肌の露出を抑えた服装を心掛ける。特に足は刺されやすいので素足は控える。

- ◎虫よけ剤
- ◎殺虫剤

### 刺された時は・

患部を冷水で洗い流し、早めにかゆみ止めの薬を塗る。

# ハチ



スズメバチ類  
17~40mm

草花・樹木がある場所  
巣の近くが特に危険 **屋外**

ミツバチ類 アシナガバチ類  
10~13mm 14~27mm

★ 激しい痛み  
● 赤く腫れる

ショック  
症状

初めて刺された時は激しい痛みと腫れが生じ、1日程度で治る。2度目以降はハチ毒に対するアレルギー反応が起こり、じんましん・腹痛・呼吸困難などの全身症状を伴うことがある。重篤な場合、意識消失・血圧低下などのアナフィラキシーショックにより、短時間で命を落とすこともある。

## 被害を防ぐには

黒い服を避ける。白や淡色の帽子などで頭を覆う。ハチや巣を刺激しないよう、静かにその場を離れる。

ハチは払い除けると警戒フェロモンを出し、仲間が集まってくる可能性があります。

ハチの巣を見つけたら、近付いたり、棒で突ついたり、石を投げたりしてはいけません。

ハチの巣を見つけた時は、まず市役所・区役所に相談する。

## 刺された時は・

水があれば毒を流水で洗い流す。刺されたことを人に伝え、安全な場所へ移動して安静にし、冷やしながら様子を見る。

! 急激に体調が変化した場合は、救急車で速やかに医療機関を受診すること。

ミツバチに刺されると毒針が皮膚に残るので、針の根元を圧迫しないように、素早く取り除きます。局所の軽い症状であれば虫刺されの薬を塗ります。毒を口で吸いだすのは止めましょう。

# ヒアリ



2.5~6mm  
体は赤褐色  
腹部は暗色

輸入荷物のコンテナ内と  
その周辺の湾岸地域 **屋外**

★ 火傷のような激しい痛み  
● 腫れ・膿

ショック  
症状

ハチ毒アレルギーなどの体質によっては重篤な症状となり、アナフィラキシーショックで命を落とす可能性がある。

## 被害を防ぐには

見分けることは難しいので赤いアリを見つけたら近付かない。

ヒアリは攻撃性の強いアリなので注意しましょう。

## 刺された時は・

冷やしながら注意深く様子を見る。

! 急激に体調が変化した場合は、救急車で速やかに医療機関を受診すること。

# オオハリアリ

約4mm 体は黒褐色  
足は赤褐色



北海道を除く日本全国  
石や落ち葉の下  
住宅街にも生息する **屋外**

★ 痛み  
● 腫れ

ショック  
症状

腫れなどの症状は数日で治まることが多いが、刺された直後に全身のかゆみや血圧の低下など、アナフィラキシーショックが起こることもある。

## 被害を防ぐには

尾の先端に毒針があるので、触らない。  
◎害虫駆除剤

シロアリを捕食するので、シロアリは駆除しましょう。

## 刺された時は・

注意深く様子を見る。

! 急激に体調が変化した場合は、救急車で速やかに医療機関を受診すること。

# クモ



カバキコマチグモ  
雄8~10mm  
雌12~15mm

セアカゴケグモ  
雌10mm

カバキコマチグモ  
イネ科の植物の群生地・屋内  
セアカゴケグモ  
公園のベンチ・側溝の蓋など **屋外**  
**屋内**

★ 痛みなど  
(個人差あり)

強い毒

カバキコマチグモは一般に軽症で、数日で治まる。

セアカゴケグモは強い毒を持ち、咬まれると最初は軽い痛みでも、後に強く痛む。嘔吐、嘔気、動悸、発熱などを伴う場合もあり、症状は個人差が大きい。

## 被害を防ぐには

クモやクモの巣を素手で触らない。

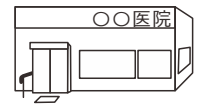
近年、毒を持つセアカゴケグモが住宅地でも見つかることがあります。住宅地にいるクモの多くは人に害を及ぼす毒を持っていませんが、不用意に手で掴んだり、クモの巣に指を入れたりすると咬まれることもあります。

◎クモ用の殺虫剤

## 咬まれた時は・

軽症なら市販の虫刺され用の薬を塗る。

重篤な場合は、治療に血清が必要なこともあるため、早めに医療機関を受診すること。



# ムカデ



トビズムカデ 7~15cm  
アオズムカデ 6~10cm

屋外の朽ち木や落ち葉の下  
夜は屋内にも侵入 **屋外**  
**屋内**

★ 強い痛み  
● 赤く腫れる

ショック  
症状

痛みは数時間ほどで良くなるが、翌日以降にさらに腫れることがある。

まれにじんましんや呼吸困難、重篤な場合はアナフィラキシーショックが起こることも。

## 被害を防ぐには

素手で触らない。

スリッパや靴の中、洗濯物の隙間などに潜んでいることも。生命力が非常に強く攻撃的なので、見つけても決して触らず、ムカデ用の殺虫剤スプレーなどで駆除しましょう。

ゴキブリを捕食するので、屋内への侵入を防ぐためにゴキブリを駆除しましょう。

◎ムカデ用の殺虫剤

## 咬まれた時は・

痛みを軽減するには、咬まれた直後に流水で毒を洗い、保冷剤などで冷やしながら全身の様子を見る。痛みや腫れが強い時は医療機関を受診する。

! 急激に体調が変化した場合は、救急車で速やかに医療機関を受診すること。

# マダニ



2~8mm  
(吸血後は5~20mm)

山間部や河川敷などの  
ササ藪や草地 **屋外**  
**屋内**

**感染症  
リスク**

重症熱性血小板減少症候群(SFTS)、  
ライム病、日本紅斑熱を媒介し、SFTSや  
日本紅斑熱では死亡例が報告されている。

脇腹やももなどの皮膚に吸着し、数日~  
2週間ほど吸血する。無理に引き剥がそうと  
すると口がちぎれて皮膚に残り、しこり  
(異物肉芽腫)ができることもある。

痛みやかゆみを感じない  
(自覚症状を伴わないことが多い)

## 被害を防ぐには

山野や河川敷などの草地に入る時は  
肌の露出を抑える。

### ◎虫よけ剤

数日後に大きくなってから、吸着した  
マダニに気付くこともあります。  
山間部や草地から帰宅したら入浴し、  
皮膚に異物が付着していないか、  
注意深く確認しましょう。

## 刺された時は・・・

自分で無理に剥がしたり取り除こうと  
しないで、速やかに皮膚科を受診し、  
必要な処置を受けること。



吸血後は3~4倍に肥大します。

# ツツガムシ



0.2~0.3mm  
肉眼で見えない

山間部、河川敷  
耕作地 **屋外**

**感染症  
リスク**

人体に吸着して体液を吸う。夏の終わりから  
冬にかけては皮膚炎を起こす種類も発生する。  
幼虫が病原体を保有していた場合には、  
肺炎や脳炎を引き起こすツツガムシ病を発症する。

痛みやかゆみを感じない  
(直後は自覚症状がないことが多い)

## 被害を防ぐには

山野や河川敷、草むしりなどで  
草地に入る時は肌の露出を抑える。

### ◎虫よけ剤



## 刺された時は・・・

10~14日の潜伏期間後に、頭痛や  
倦怠感を伴う高熱と全身に広がる  
皮疹が出た場合は、放置すると重篤な  
状態になることがあるので、必ず医療  
機関を受診する。

刺された自覚がなくても、数日の間に  
山野や河川敷に訪れたことがあれば  
医師に伝えてください。

# ダニ



ツメダニ 0.5~0.8mm  
イエダニ 0.6~1.0mm

**かゆみ  
赤い発疹**

布団・ソファ・カーペット **屋内**

ツメダニは就寝中に体液を吸う。  
1~2日経つと赤く腫れてかゆくなり、  
1週間ほど治らないことがある。  
イエダニは吸血性で6~9月に増える。  
肉眼で見えないダニは存在を自覚しにくく、  
刺されても判断が付きにくい。

## 被害を防ぐには

部屋の中のダニを駆除する。  
駆除した後は掃除機で死骸を吸い取る。  
ジメジメしていると増えやすいので  
換気や湿気取りで部屋を乾燥させる。  
布団を敷いたままにしない。

### ◎ダニ用の虫よけ剤

イエダニは本来、ネズミに寄生するので、  
家屋周辺のネズミの駆除も行いましょう。

## 咬まれた時は・・・

かゆみ止めの薬を塗り、掻きむしらない。  
発疹が多く、かゆみが強い場合は受診し、  
処方薬を使う。

目に見えない死骸や糞がそのまま残って  
いるとダニアレルギーの原因になります。

# シバンムシアリガタバチ

1.5~2.5mm

赤褐色でアリに似ているが  
ハチの仲間



畳・カーペット・照明器具付近 **屋内**

**痛み  
赤く腫れる  
色素沈着**

**ショック  
症状**

軽い痛みは1時間ほどで治まる。何度か刺されると  
アレルギー反応で赤く腫れることがある。  
また他のハチと同様にアナフィラキシーショックが  
起こる可能性がある。

## 被害を防ぐには

定期的に掃除機で清掃する。  
大量発生しやすい夏場は特に注意。  
家屋に生息するシバンムシの幼虫に  
寄生するので、屋内の虫を駆除し、  
部屋の換気を良くする。

シバンムシは茶色のゴマ粒のような甲虫で、  
穀物・ビスケット・コーヒーなどを食害するため  
開封後は必ず密閉容器に保管しましょう。

### ◎屋内用の害虫駆除剤

## 刺された時は・・・

過去にハチに刺されたことがある場合は、  
刺された直後から特に注意深く観察し、  
全身の様子を見る。

**!** 急激に体調が変化した場合は、救急車で  
速やかに医療機関を受診すること。