

ワンポイントアドバイス

ちゅうししょう

虫刺症(虫刺され)

川口市立医療センター

皮膚科

たぐい

田杭

ともみ

具視



虫刺されは原因となる虫によって症状や注意する点が異なります。多くの虫刺されは刺され続けられない限り、自然に回復するためあまり心配はいりませんが、致死的な感染症を媒介することがあるマダニや、刺した部位全体に非常に強い腫れや赤みを引き起こすことがあるブヨやアブなどに刺された場合には、適切な診断・治療を受ける必要があります。虫刺され対策で最も重要なことは虫に刺されないようにすることです。虫が多くいる場所に出掛けるときには肌の露出部をなるべく少なくし、虫除け剤を正しく使用しましょう。スプレータイプの虫除け剤を軽く噴霧するだけのかたが多く見られますが、日焼け止めと同じで塗った部分にしか効果はありませんので、しっかりと塗り伸ばして使用してください。また、虫除け剤の有効成分は汗で流れてしまうため、数時間ごとに塗り直すことをお勧めします。

虫除け剤は、蚊やブヨ、アブなどの飛翔昆虫に対しては露出部だけの使用でもある程度の効果は期待できますが、マダニのようにしがみついて刺咬する場所を探索する虫に対しては服の中も含めて広範囲に使用する必要があります。屋外活動をする際には「面倒くさがらず、ケチらず」を心掛けて虫除け剤を正しく使用してください。

近年では熱中症と日焼けの対策はしっかり意識しているかたが多くなってきましたが、健康維持のため虫刺されの対策も十分に意識してください。

