

「ダニ」にご注意ください



山や草むらでの野外活動の際は、ダニに注意しましょう



春から秋にかけてキャンプ、ハイキング、農作業など、山や草むらで活動する機会が多くなる季節です。

野山に生息するダニに咬まれることで

重症熱性血小板減少症候群(SFTS)、ダニ媒介脳炎、日本紅斑熱、つつが虫病、ライム病などに感染することがあります。

ダニに咬まれないためのポイント!

● 肌の露出を少なくする

⇒ 帽子、手袋を着用し、首にタオルを巻く等

● 長袖・長ズボン・登山用スパッツ等を着用する

⇒ シャツの裾はズボンの中に、ズボンの裾は靴下や長靴の中

● 足を完全に覆う靴を履く

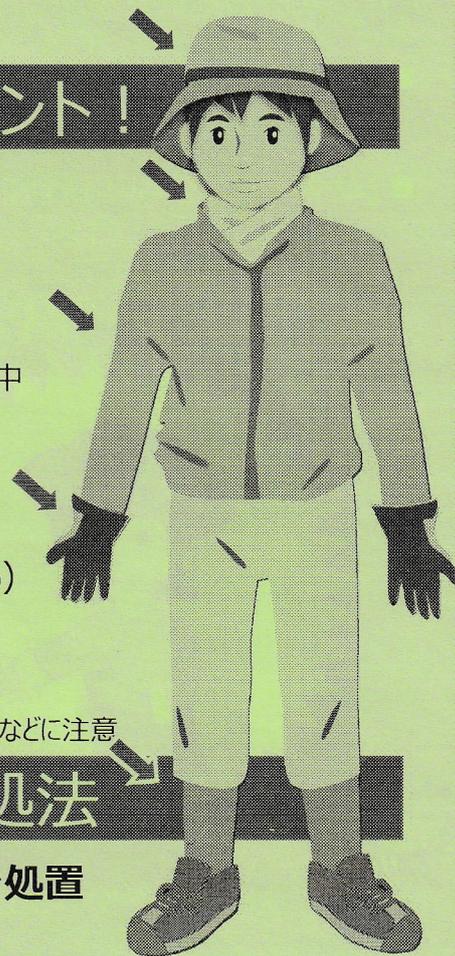
⇒ サンドル等は避ける

● 明るい色の服を着る (マダニを目視で確認しやすくするため)

* 上着や作業着は家の中に持ち込まないようにしましょう

* 屋外活動後は入浴し、マダニに咬まれていないか確認をしましょう

特に、わきの下、足の付け根、手首、膝の裏、胸の下、頭部(髪の毛の中)などに注意



ダニに咬まれたときの対処法

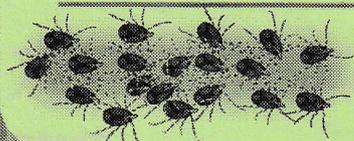
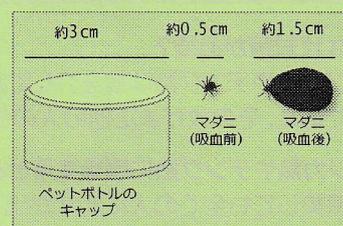
● 無理に引き抜こうとせず、医療機関(皮膚科など)で処置

(マダニの除去、洗浄など)をしてもらいましょう。

● マダニに咬まれた後、数週間程度は体調の変化に注意をし、発熱等の症状が認められた場合は医療機関で診察を受けて下さい。

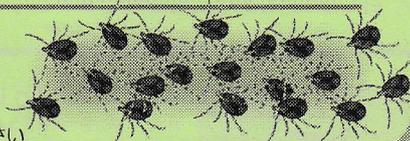
【受診時に医師に伝えること】

① 野外活動の日付け、② 場所、③ 発症前の行動



ダニ媒介感染症(厚生労働省)

各地域のダニ媒介感染症の状況については各自治体HPも参考にしてください



感染症の運び屋 **蚊** から

バリアーで **身を守れ!!!**

- やぶなどの蚊がいそうな場所に行くときは、肌を露出せず、虫除けスプレーを使用するなど、蚊に刺されないように注意しましょう!
- ジカ熱やデング熱の流行地に渡航する場合は、現地で蚊に刺されないように注意しましょう!

虫除け剤でバリアー



虫除け剤を使いましょう

服でバリアー



出かけるときは肌の露出が
少ない服装にしましょう

●なぜ対策が必要?

ジカ熱やデング熱は蚊を介して感染します。原因となるウイルスは、感染した人の血を吸った蚊(日本ではヒトスジシマカ)の体内で増え、その蚊がまた他の人の血を吸うときにウイルスを移し、感染を広げていきます。

●ジカ熱やデング熱に感染するとどうなる?

感染しても全ての人に症状が出るわけではありませんが、発熱や関節の痛み、発疹が出るといった症状が1週間ほど出ます。また、ジカ熱は妊婦が感染すると小頭症などの先天性障害をもった子どもが生まれたり、デング熱では出血を伴うデング出血熱となり重症化することがあります。



【ヒトスジシマカ】

背中に1本の白い線がある3～5mmほどの蚊で、5月中旬から10月下旬ごろまで活動します。雑木林・竹林・森・草地・公園などに見られます。特に日中に活発に吸血します。活動範囲は50～100m程度です。

ジカ熱・デング熱に関する詳しい情報は厚生労働省のHPをご覧ください。

ジカ熱 厚生労働省 検索



デング熱 厚生労働省 検索

