

## 野山でのダニに、ご注意！

夏の気配が感じられる時期となり、野外でのイベントや山登りなどを計画されている方も多いかと思えます。

人の活動が活発になるように、春から夏にかけては、マダニの活動が活発化しています。

例年、野山でマダニに咬まれて、重症熱性血小板減少症候群(SFTS)や日本紅斑熱などの病気になる例が全国的に報告されています。

これらの感染症にかからないためには、まず、マダニに咬まれないように対策をとることが大事です。対策を以下に紹介します。

### <マダニに咬まれないために・・・>

- 草むらなどに入るときは、長そで、長ズボンを着用し、肌の露出を少なくしましょう。  
\* 隙間からマダニなどが入り込まないような服装を心がけましょう（裾を長靴に入れる、靴下をズボンの上に重ねるようにして履くなど）。
- \* 靴や服の上から虫除けスプレーをかけることは効果があります。
- 家に入る前に上着や作業着などを脱ぎ、マダニなどを家に持ち込まないようにしましょう。
- 草むらから帰った後は、すぐに入浴し、体にダニがついていないか確認しましょう。

### <マダニに咬まれたら・・・>

- マダニは、皮膚に口を突っ込んで吸血するので、無理に引き抜くと先がちぎれて体内に残ります。吸血中のマダニに気づいたときは、早めに医療機関で処置してもらってください。
- マダニに刺された後、数週間は体調の変化がないか注意し、発熱等の症状があった場合は、医療機関へ受診をお願いします（医療機関の受診の際には、マダニに刺されたと担当医師へお伝えください）

参考：マダニ対策、今できること（国立感染症研究所HPより）

<http://www.nih.go.jp/niid/images/ent/PDF/madanitaisaku20131105.pdf>

マダニが媒介する  
感染症

	潜伏期間	症状
SFTS	6日から2週間	発熱、消化器症状、全身倦怠感など
日本紅斑熱	2から8日	発熱、頭痛、全身倦怠感など

### マダニについて

野外にいる吸血性の大型のダニ（1から4mm）です。野山や公園の草むら、畑、あぜ道などにも生息しています。

春から秋（3から11月）にかけて活動が活発になりますが、

冬季も活動する種類もいます。マダニに刺されても、

痛みやかゆみなどを感じることはありません。

マダニの姿は大きく変化します

（写真は幼体\*キマダニです）

吸血前



1から4mm



吸血後



体重は100倍以上に。

写真提供：(地独)大阪健康安全基盤研究所