

夏はキャンプや山登り、川遊びなどアウトドアが楽しい季節。楽しみと背中合わせに、「虫さされ」で痛みやかゆみなど不快な思いをすることもありません。

「虫さされ」は春から秋にかけての代表的な皮膚のトラブルです。

#### ●虫さされとは・・・

蚊やハチなどの毒を持った虫に刺され、患部が炎症を起こすことです。痛み、かゆみ、赤み、腫れなどの症状が生じます。

#### ●虫さされのメカニズム・・・

虫が皮膚を刺したり、噛んだりした時に、虫の持っている毒成分・唾液成分がアレルギー(抗原)となって体の中の抗体と反応し、ヒスタミンなどのかゆみの原因物質が分泌されることによるものです。

#### ●虫よけ対策・・・

野外で活動する場合は長袖、長ズボンを着用し、皮膚を覆う服装を着用しましょう。また、虫が嫌う成分が配合された虫よけスプレーを使用しましょう。

#### ●刺された時の対処法・・・

- ① 患部を流水で洗い流す。
  - 毒成分が水で流れ出る。
  - 患部を冷やすことにより、血管が収縮して毒成分の広がりを防ぐ。
  - 患部が冷えたことにより、痛みやかゆみが緩和される。
- ② 適切な医薬品を使用する。
  - かゆみを鎮めるための抗ヒスタミン薬
  - 炎症を抑えるステロイド外用薬
- ③ かゆくてもかかない
  - かき壊しによる二次感染や悪化を防ぐため我慢しましょう。
  - 爪は短めに切っておきましょう。



特に、お子さんはかゆみを我慢出来ずにかき壊してしまい、患部が細菌感染して、化膿してしまうこともあります。

また、日本でも蚊が媒介する感染症は数例報告されています。マラリア、デング熱、ウエストナイル熱、日本脳炎など感染すると発熱や頭痛など続きます。海外に行く場合は旅行先の状況を事前に調べておくとともに虫よけ対策はしっかりしましょう。