

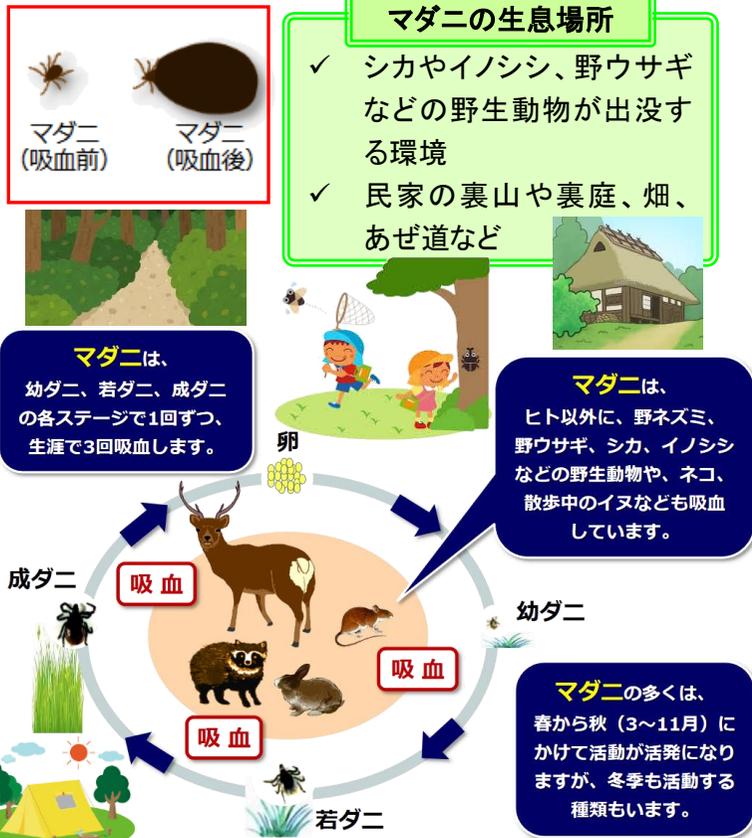
春から秋にかけて山菜採り、キャンプ、ハイキング、登山、農作業など、山や草むらで活動する機会が多くなる季節です。マダニの活動が活発になるこの時期は、マダニに咬まれて発症する感染症が増加します。これらの病気を予防するためには、野外での正しいダニ対策を知っておくことが重要です。



●マダニについて

固い外皮に覆われた大型のマダニ（成ダニでは、吸血前で3～8mm、吸血後は10～20mm程度）で、食品等に発生するコナダニや衣類や寝具に発生するヒョウヒダニなど、家庭内に生息するダニとは全く種類が異なります。

マダニの栄養源は、動物の血液です。その吸血の際に、原虫やウイルス、リケッチア、細菌などさまざまな病原体の重要なベクター（媒介者）となることがあります。



マダニは、幼ダニ、若ダニ、成ダニの各ステージで1回ずつ、生涯で3回吸血します。

マダニは、ヒト以外に、野ネズミ、野ウサギ、シカ、イノシシなどの野生動物や、ネコ、散歩中のイヌなども吸血しています。

マダニの多くは、春から秋（3～11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あります。

マダニの生息場所  
✓ シカやイノシシ、野ウサギなどの野生動物が出没する環境  
✓ 民家の裏山や裏庭、畑、あぜ道など



マダニが媒介する感染症  
日本紅斑熱、ライム病、重症熱性血小板減少症候群(SFTS)、回帰熱、ダニ媒介脳炎など

●重症熱性血小板減少症候群(severe fever with thrombocytopenia syndrome: SFTS)について

2011年に初めて特定された新しいウイルス(SFTSウイルス)による感染症です。ウイルスを有するマダニに咬まれることにより感染します。多くの場合、マダニに咬まれてSFTSウイルスに感染すると考えられますが、SFTSウイルスに感染し、発症している動物の体液から感染することも報告されています。



全てのマダニが SFTS ウイルスを保有しているわけではありませんが、マダニに噛まれないように注意することが大切です。

- 【潜伏期間】マダニに噛まれてから6日～2週間
- 【症状】発熱、倦怠感、消化器症状(食欲低下、嘔気、嘔吐、下痢、腹痛)  
\* 重症の場合は死に至ることもあります。  
\* 高齢者は重症化しやすいと考えられますので、特に注意が必要です。
- 【治療】特別な治療薬やワクチンはなく、症状に応じて対症療法が行われます。

●マダニに噛まれないための予防策

野外では、腕・足・首など、肌の露出を少なくしましょう！！

シャツの裾はズボンの中に入れましょう。

首にはタオルを巻くか、ハイネックのシャツを着用しましょう。

シャツの袖口は軍手や手袋の中に入れましょう。

農作業や草刈などではズボンの裾は長靴の中に入れましょう。

ハイキングなどで山林に入る場合は、ズボンの裾に靴下を被せましょう。

服は、明るい色のもの(マダニを目視で確認しやすい)がおすすめです。

マダニに対する虫よけ剤  
ディート、イカリジンの2種類の有効成分の虫よけ剤が市販されています。マダニの付着を完全に防ぐわけではありませんので、様々な防護手段と組み合わせで対策を取ってください。

半ズボンやサンダル履きは不适当です！！

Point  
◆ 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、シャワーや入浴で、ダニが付いていないかチェックしましょう。特に、首、耳、わきの下、足の付け根、手首、膝の裏などがポイントです。  
◆ ガムテープを使って服に付いたダニを取り除く方法も効果的です。  
◆ 飼い犬等の散歩後はブラッシングし、マダニが付いていないか確認しましょう。

●マダニに噛まれたら

マダニ類の多くは、ヒトや動物に取り付くと、皮膚にしっかりと口を突き刺し、長時間(数日から、長いものは10日間以上)吸血しますが、咬まれたことに気がつかない場合も多いと言われています。吸血中のマダニに気が付いた際、無理に引き抜こうとするとマダニの一部が皮膚内に残って化膿したり、マダニの体液を逆流させてしまったりする恐れがあるので、医療機関(皮膚科など)で処置(マダニの除去、洗浄など)をしてもらってください。

また、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。

受診する際は、野外活動の状況(場所や日付など)、ペットの飼育状況やペットの健康状態、また動物との接触状況について医師に伝えてください。

<参考> マダニ対策、今できること - 国立感染症研究所、ダニ媒介感染症 - 厚生労働省