

## マダニから身を守りましょう

国立感染症研究所ホームページより引用

(写真提供)  
兵庫医科大学  
皮膚科学  
夏秋 優 教授

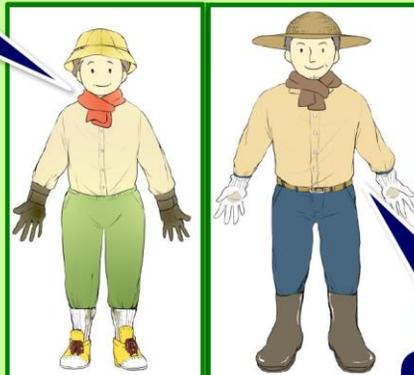
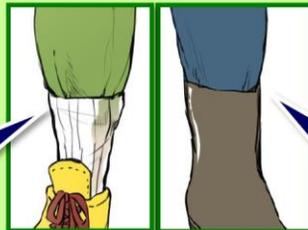
タカサゴキラマダニ フタトゲチマダニ

## マダニとはどんなダニ？どこにいるの？

- マダニは成虫の体長が3～8mm(幼虫、若虫は1～3mm)の大型のダニです。
  - シカやイノシシ、ノウサギ等の野生動物や人の皮膚に咬着して、血を吸います。
  - 兵庫県ではタカサゴキラマダニ、フタトゲチマダニなど約10種類が生息しています。
  - 主に、雑木林や草地に生息し、民家の裏山や庭、畑、あぜ道、市街地などにも見られます。
- ※マダニ類は、食品、衣類や寝具など家庭内に生息するダニとは全く種類が異なります。

## マダニから身を守るには？

- 農作業や山仕事、庭仕事、レジャー等、野外で活動する際は、**肌の露出を避け**ましょう。
- **虫除けスプレー**(ディート、イカリジンなどの忌避剤)を噴霧しましょう。(特に足元は念入りに！)
- 野外活動後は、入浴や着替えをし、皮膚にマダニが咬着していないか、チェックしましょう。

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。半ズボンやサンダル履き  
は不適當です！シャツの裾はズボン  
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。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。

## マダニに咬まれたら？

- マダニ類の多くは、**長期間(10日間以上のこともある)皮膚に咬着して吸血**します。吸血中のマダニを無理に取り除こうとすると、マダニの口器が皮膚の中に残り、しこりになることがあるので、皮膚科等の**医療機関で適切な処置**を受けてください。
- **マダニに咬まれたら、2～3週間程度は体調の変化に注意**し、発熱等の症状が出た場合は、医療機関で診察を受けてください。その際はマダニに咬まれた、またはその疑いがあることを医師に伝えてください。(自分でマダニを取り除いた場合は取ったマダニを持参してください。)