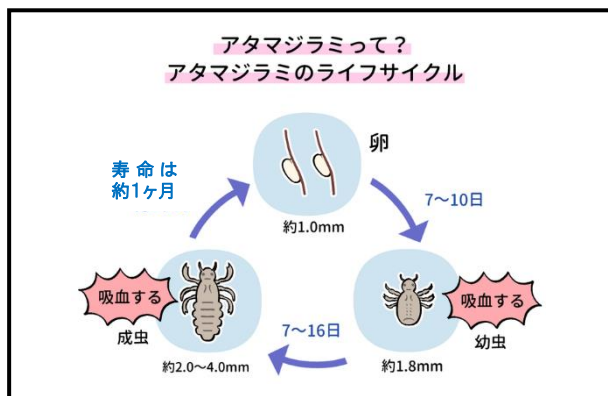


「アタマジラミ」親が知っておくべき正しい知識と安心対策

アタマジラミとは？

- ・人の頭皮にのみ寄生して、皮膚から血を吸って生きる小さな昆虫（成虫で2～4mm）です。頭皮の表面・頭髪の中で発育し、かゆみや湿疹を起こします。（卵は頭皮でなく頭髪の根元5mm～1cmに産み付けます）
- ・人から離れたシラミは、吸血できないので2～3日で餓死しますが、その間は生き延びるため、頭髪同士の接触感染だけでなく、保虫者が頭を拭いたタオルの共用や、一時的についた服などからの間接感染によってもうつります。ただし、シラミは飛んだり跳ねたりできないので、通常の対人距離を保っていれば感染することはありません。
- ・繁殖力は非常に強く、早期に駆除を行わないと爆発的に増加するため、早期発見・早期対策が重要です。
- ・「不清潔にしてるからなる病気」というのは間違いで、どんなに清潔にしているとも誰にでもつく可能性があります。



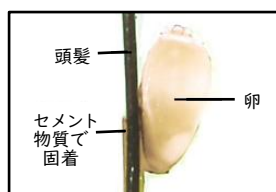
感染するとどうなるの？

- ・アタマジラミに血を吸われると、蚊やノミなどに刺された時のように、「頭皮のかゆみ」と、「掻き傷から細菌等に二次感染する」こともあります。（なお、アタマジラミによって媒介される感染症は確認されていません）
- ・一度駆除しても、集団の中で感染者がいれば、再び感染する恐れがあります。

アタマジラミに感染しているかどうかの見分け方

- ・頭を頻繁に痒がる場合、アタマジラミのサインかもしれません。
- ・急に子供の髪の毛にフケのようなものが目立ってきたら…毛先の方向に引っ張ってみてください。シラミの卵の場合は、セメントのような強固な物質で髪の毛の「片側」にしっかりと固定されているため、指でつまんでも全く動きません。
- ・目の細かいクシで髪の毛をすくと、小さな虫が落ちてくることもあります。血を吸ったシラミなら、赤黒い色をしています。
- ・髪の毛の中では、シラミは素早く逃げ回るので、髪を掻き分けるだけでシラミ自体を発見することは非常に難しいです。
- ・自分で判断できないときは、皮膚科の先生に診てもらってください。もし感染していた場合は、学校への連絡もお願いします。

このような白い小さな粒がついている時は注意してください



アタマジラミを駆除するには

- ・専用のシャンプーを規定の用法・用量で正しく使用し、駆除する（薬局で購入できる）
卵には効果がありません。卵が孵化するタイミングにあわせて3日に1度の処置を3~4回繰り返します。
家族にも感染している事が多いので、同時に治療をする方が良いでしょう。
- ・専用の「くし」を使って駆除する（インターネットなどで購入できる）
⇒生え際から2~3cm幅で、髪の毛を小さなブロックに分けて根気よく丁寧にすいていきます。
⇒くしは一回ごとに流水でよく洗います。

身の回りのものはどうしたらいいですか？

- ・タオルやブラシ、帽子（赤白帽・水泳帽等）の貸し借りや共有は家族間であってもしないでください。まれに、頭髮から落ちた虫や、卵のついた髪が付いていることがあります。
※アタマジラミは1年を通して全国的に発生していますが、特にプールの時期に流行が多くなっています。
- ・昆虫は体がたんぱく質でできているので、高温になると幼虫・成虫・卵は全て死んでしまいます。
枕カバーやシーツ、タオルは毎日洗濯してください。その際、60℃以上のお湯に5分以上つけてから洗濯してください。「衣類乾燥機」や「アイロン」の使用も効果的です。
- ・熱処理ができない場合は、粘着クリーナー等で落ちた虫や髪の毛を取ったり、掃除機をかけたとしても感染防止の効果があります。

学校や習い事は休まないといけませんか？

- ・学校保健法施行規則では、アタマジラミは「通常出席停止の措置は必要ないと考えられる感染症」です。
- ・なお、専用のシャンプーで洗い始めると、その時点で髪の中にいる幼虫・成虫は駆除されますので、感染を広げる可能性は相当低くなります。

困ったら専門家に相談！

- 「自分で駆除するのが不安…」「なかなか治らない」という場合は、ためらわずに専門機関に相談しましょう。
- *小児科・皮膚科：医師に相談すれば、適切な診断と治療法のアドバイスが受けられます。
 - *薬局の薬剤師：市販薬について詳しく説明してくれます。

安心して!アタマジラミは清潔のバロメーターではありません

お子さんのアタマジラミが見つかったと、つい「自分のせいだ」「周りにどう思われるだろう」と、保護者の方が自分を責めてしまうことが多いそうです。

アタマジラミは、清潔さとは関係なく感染する、ごく一般的な感染症です。お子さんが集団生活を送る上で、誰もが経験する可能性のあることです。大切なのは、早期に発見し、正しい知識を持って適切に対処すること、そしてなにより、お子さんを安心させてあげることです。

焦らず、落ち着いて対策をすれば、必ず治すことができます。一人で悩まず、気軽にご相談ください。