

## ダニからの感染症について

春から秋にかけて山菜採り、キャンプ、ハイキング、登山、ゴルフ、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。

野山に生息するダニなどに刺されることで感染症を起こすことがあります。病気を正しく知って、感染症から身を守るために、適切な予防と行動をすることが大切です。



### 【ダニからの感染症】

ダニに刺されることで起こる感染症はリケッチアやウイルスという病原体を保有するダニなどに刺されることにより起こる感染症です。

2011年に初めて特定された、新しいウイルス（SFTS ウイルス）を保有する「マダニ」に刺されることによって引き起こされる、「重症熱性血小板減少症候群（SFTS）」やリケッチアや細菌など病原体を保有する「マダニ」に刺されることで感染する「ライム病」「回帰熱」などが主な病気です。

いずれも、すべてのマダニが病原体を持っているわけではありませんが、ダニ等に刺されないための注意が必要です。

### 【症 状】

#### 重症熱性血小板減少症候群（SFTS）

ダニに刺されてから 6 日～2 週間程度で、原因不明の発熱、消化器症状（食欲低下、嘔気、嘔吐、下痢、腹痛）が中心です。時に頭痛、筋肉痛、神経症状（意識障害、けいれん、昏睡）、リンパ節腫脹、呼吸器症状（咳など）、出血症状（紫斑、下血）など様々な症状を引き起こします。

#### ライム病

ダニに刺されてから、1～3週間後に刺された部分を中心に特徴的な遊走性の紅斑がみられます。また、筋肉痛、関節痛、頭痛、発熱、悪寒、倦怠感などのインフルエンザ様症状を伴うこともあります。症状が進むと病原体が全身性に拡がり、皮膚症状、神経症状、心疾患、眼症状、関節炎、筋肉炎など多彩な症状が見られます。

#### マダニ媒介性の回帰熱

ダニに刺されてから、12～16 日程度（平均 15 日）に 発熱、頭痛、悪寒、筋肉痛、関節痛、全身の倦怠感などの風邪のような症状が主で、時に、神経症状（意識障害、けいれん、昏睡）、リンパ節腫脹、呼吸不全、出血症状（歯肉出血、紫斑、下血）が現れます。

いずれの疾患も、症状には個人差があり、ダニに刺されたことに気がついていなかったり、刺し口が見つからなかったりする場合も多くあります。見た目だけでの診断が困難です。治療が遅れば重症化や死亡する場合がありますので、早めに医療機関に相談しましょう。

#### 【受診時に伝える内容】

あの時、ダニに刺されたかもしれない等、発症前の行動（2週間程度）を伝えましょう

- ・〇月〇日、野山に行った
- ・〇月〇日、草むらで作業した

#### 【予 防】

マダニに咬まれないようにすることが重要です。特にマダニの活動が盛んな春から秋にかけては、マダニに咬まれる危険性が高まります。

- 草むらや藪などマダニが多く生息する場所に入る場合には、肌の露出を少なくすることが大切です。
  - ・ 長袖・長ズボン（シャツの裾はズボンの中に、ズボンの裾は靴下や長靴の中に入れる。または登山用スパッツを着用する）
  - ・ 足を完全に覆う靴（サンダル等は避ける）
  - ・ 帽子
  - ・ 手袋
  - ・ 首にタオルを巻く
  - ・ 服は明るい色のもの（マダニを目視で確認しやすい）がお薦めです。
- DEET（ディート）という成分を含む虫除け剤の中には服の上から用いるタイプがあり、補助的な効果があると言われています。
- 屋外活動後は入浴し、マダニに咬まれていないか確認してください。特に、わきの下、足の付け根、手首、膝の裏、胸の下、頭部（髪の毛の中）などがポイントです。

