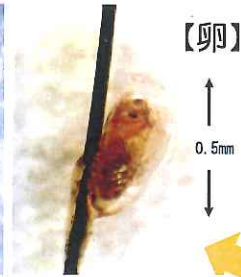


臨時号 ～アタマジラミって何？～

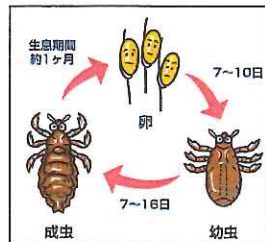
◆アタマジラミって何？



- 翅がないので、飛ぶことも跳ねることもありません。
- 人の体から離れると、7時間から3日程度しか生きられません。
- 人に寄生するシラミは他の動物には寄生しませんし、他の動物に寄生するシラミは人には寄生しません。

一瞬、「細かな白いゴミか皮脂かな？」と思いきや、間近で見ると形は楕円形。髪に固着しています。

<アタマジラミの一生>



卵は7~10日程で孵化します。
 孵化した幼虫はさなぎにならず、約1~2週間(平均 約10日)で成虫になります。
 成虫の生息期間はおよそ1ヵ月で、1日におよそ3~9個、1ヵ月で50~150個の卵を産みます！
 繁殖力が非常に強く、爆発的に数が増えていきます。早期発見に努め、左図のサイクルを適切な駆除により、断つことが重要なのです。

◆何が問題なの？ どんな症状なの？

- アタマジラミが人の頭部に寄生し、頭皮から吸血します。吸血された部位のかゆみと、頭皮を掻きすぎて炎症を起こす場合があります。アタマジラミから病気がうつることはありません。
- 子どもの場合、多くは無症状ですが、吸血部分にかゆみを訴えることがあります。寄生初期には自覚症状がない子どもも多いようですが、寄生する数が増えると次第にかゆがるようになります。

◆流行る時期ってあるのですか？

- 東京都によれば、都内のアタマジラミの相談状況(発生状況や被害状況ではない)は、1年を通じて相談があり、被害者の8割が8歳以下の子どもと報告されています。

東京都のアタマジラミの年度別相談件数



◆今まで見たことがないけれど、アタマジラミをみつけれられますか？



- 髪についている“卵”をみつけましょう
 - 耳の周囲からえりあし部位に多い。
 - フケやヘアークラスト(=毛根の皮膚がリング状に抜けたもの)と見間違えることがあります。これらは指でつまんで簡単に取り除けますが、卵は髪にしっかりと固着しています。

- 成虫や幼虫は頭部を動き回るので、寄生している数が少ないと見つけにくいことがあります。

◆どうやってうつるの？(寄生経路)

頭や身の回りの物から、他の人の頭にアタマジラミが移動することにより、寄生が起こります。保育園児や小学校低学年の児童に多く、頭とくっついて遊ぶことから感染率は高くなっています。

- 頭と頭が接触する
- 身の回りの物(寝具・帽子・タオル・ブラシ・布団・くし等)を共有すること
- 衣類を他の人の物と重ねておく



◆予防するにはどうしたらいいのですか？

- 頭と頭の接触を減らすこと、体に触れるもの(くし・タオル・帽子など)を共有しないこと。あたまを寄せあって遊ぶのは保育園では日常見られる光景であり、日頃からお子さんの頭をチェックし、アタマジラミに感染していないか確認してあげてください。早く気がついて、早く対応することが大切です。
- 毎日シャンプーを使って洗髪すること。子どもだけの洗髪は不十分です。保護者の方が定期的にしっかりと洗ってあげることが必要です。

◆卵らしきものがみつかった場合、何科にいけばいいですか？

→ 皮膚科を受診してもらってください。

◆アタマジラミと診断されました。どうすればいいの？

⇒ アタマジラミが見つかったり、診断された場合は早めに保育園までご連絡ください。

- 1) 専用駆除剤(スミスリンシャンプー等)の適切な使用。但し、卵には効果が弱いので、孵化期間を考慮して3~4日おきに3~4回繰り返す。家族内でもうつっていないでしょうか。同時に駆除することが重要です。
- 2) 帽子・毛布・シーツ等身につけるものは毎日お持ち帰りいただき、洗濯していただきます。

◆家族内で広げたくないです。どうすればいいの？

- 身の回りの物(くし・タオル・布団等)の共有は避けること
- 熱湯(55度、10分間で死滅)で洗うこと。熱に弱いのでアイロン、衣類乾燥機の使用も効果的。
- 適切な掃除

◆卵はあるけれどシラミはいません...

→ シラミの成虫は髪の毛の中では素早く動き回るので、みつけれられないのかもしれませんが、目の細かいすきざし梳き櫛で丁寧にすいているとシラミがおちてくる場合があります。卵があるということは、シラミの成虫もいる間可能性が高いのできちんと調べる必要があります。

◆アタマジラミになったら髪の毛を短くした方がいいのですか？

→ 髪を短くすることはアタマジラミを見つけやすい、洗髪しやすい、髪をとかしやすいなどの利点がありますが、無理に短くする必要はありません。

◆シラミ予防のための駆除剤を使用してもいいですか？

→ 駆除剤はシラミを寄せつけない等の予防効果は期待できないので使用しないでください
 (アース製薬ホームページより <http://www.earth-chem.co.jp/customer/qa/personal-care/shirami/106.html>)

◆毎日お風呂に入って清潔にしているのになぜうつるの？

→ 清潔にしているにもかかわらず頭髪と頭髪が接触することで、ヒトから人へと感染が広がっていきます。清潔にしているにもかかわらず感染(寄生)することがあります。

◆プールやお風呂でうつりますか？

→ プールやお風呂など、水の中ではシラミは毛から落ちないようしがみついているので、うつることはまずないと考えてよいでしょう。水泳キャップやタオルなどからだに触れるものを他の人と共有したり、衣類の重ね置きなどでうつる可能性があります。

◆登園はいいのですか？

→ 通園の規制はありません。駆除のための適切な駆除を行うことが重要です。

◆日頃から取り組む対策(お家でとるべきこと)を教えてください。

- 1)月に数度、お子さんの頭をチェックしましょう。
- 2)洗髪は毎日させるようにしますが、保護者の方がお子さんを月に数度しっかり洗髪してあげましょう。
- 3)お子さんの身の回りのものの共用を避けましょう。

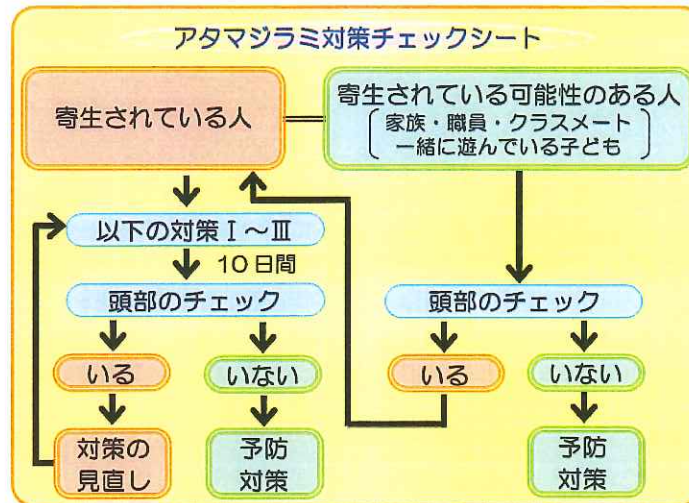
◆今現在、園で行っている取り組みを教えてください

- ・流行しているクラスに限らず、頭髪チェック(早期発見・早期駆除につながるため)を行っています。
- ・室内の掃除
- ・現段階ではベッドとベッドの間を適度に空けて、寝ている時の姿勢が頭側と足側が交互になるように(つまり、頭側で並列とならないように)ベッドを配置しています。
- ・寄生(感染)が分かった時、診断された時には、保育園内での感染拡大を広めないために速やかに連絡をお願いいたします。

★★ 対応や予防等でご不安な点がありましたら保健までお声かけください。★★

アタマジラミの対策はこうしよう

- * 寄生されている人は、次のⅠからⅢまでの対策を行いましょ
 - * 寄生されている可能性のある人は、次のⅠとⅢの対策を行いましょ
- 例：寄生されている人の家族、職員、クラスメートと一緒に遊んでいる子ども など



Ⅲ 身の回りの物は共用を避けましょ

アタマジラミを他の人にうつさないように、また、他の人からうつらないように、クシ・タオル・帽子・マフラー・衣類・寝具などは専用のものとし、共用は避けましょ。他の人の衣類などと重ねて置かないようにしましょ。

寄生されている人は、タオル・衣類などを続けて使用せず、毎日取り替えましょ。同じ物を使用していると、アタマジラミが付着している可能性があることから、他の対策を行っていても再寄生されるおそれがあります。洗える物は毎日洗って使用しましょ。コートなどのように使用する頻度が高く、毎日洗えない物については、使用後、ハケをかけるようにしましょ。

その他の方法として・・・

- 卵を取り除く**
通常はⅠからⅢまでの対策をしていけば十分ですが、卵の殻は取り除けない場合もあります。
髪に付着している卵が気になる場合は、髪を1本ずつはさみで切りましょ。
- 髪を短くする**
髪を短くすることは、アタマジラミを見つけやすい、洗髪しやすい、髪をとかしやすいなどの利点がありますが、無理に短くする必要はありません。
- シラミ駆除医薬品を使用する**
薬局・薬店にはアタマジラミを駆除する薬が販売されています。ⅠからⅢまでの対策で十分に駆除できますが、使用する場合は、説明書をよく読んで使ってください。

Ⅰ 毎日洗髪しましょ

成虫や幼虫は普通のシャンプーで洗髪すれば、洗い流せます。卵は取り除くことができませんが、1週間くらいで幼虫になるので、洗髪していれば洗い流すことができます。ただし、子ども自身による洗髪では洗い方が不十分になりやすいので、10日間、大人が洗髪してあげましょ。

Ⅱ 髪をクシでとかしましょ

10日間、大人がとかしてあげましょ。スチググンを使用すると、卵、幼虫、成虫を取り除けます。スチググンが入手できない場合は、卵や幼虫を完全に除くことはできませんが、できるだけ目の細かいクシで代用し、成虫を取ってあげましょ。



参考・引用

- ・東京福祉保健局 「アタマジラミ読本」
http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/kankyo/eisei/yomimono/nezukon/atamajirami.files/atamajirami_dokuhon.pdf
- ・厚生労働省 「2012年改訂版 保育所における感染症対策ガイドライン」
http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/kankyo/eisei/yomimono/nezukon/atamajirami.files/atamajirami_dokuhon.pdf
- ・KINCHO 「誰にもさけないシラミの話」
http://www.kincho.co.jp/gaichu/sirami_q.html
- 「お母さんのためのシラミ講座 しらみなんて怖くない」
<http://www.danhc.co.jp/sirami/index.html>
- ・アース製薬 「アースシラミ取りシャンプー」よくある質問
<http://www.earth-chem.co.jp/customer/qa/personal-care/index.html#qArea84>