



Q1 子どもだけに寄生するのですか？

Answer

相談のほとんどが子どもです。大人の方も、混雑した交通機関などで頭と頭が触れ合った際にはアタマジラミが付く可能性があります。また、添い寝をすることにより、お子さんからうつされることもあります。しかし、大人の場合は、洗髪で十分に洗い流せるため、被害を受けることは少ないようです。

Q2 予防法はあるのですか？

Answer

こまめな洗髪が一番の予防法です。頭皮にシャンプーがいきわたるように指の腹で強く洗いましょう（特に、耳のまわりや後頭部の生え際は念入りに）。子どもの場合は上手に洗えないこともあるので、髪を洗いやすいように短くするか、洗髪を手伝ってあげてください。また、家族の誰かが被害にあったときは、全員に被害が広がるおそれがあるので、特に注意しましょう。

Q3 プールや銭湯でうつることがありますか？

Answer

遊泳中や入浴中にうつることは、ほとんどありません。ただし、ロッカーの清掃が不十分な時や身の回り品の共用でうつることも考えられます。衣類やタオルを自分専用の袋に入れてロッカーにしまうことも効果的です。

Q4 駆除が終わっていませんが、通園や通学は控えたほうがいいですか？

Answer

通園通学を制限する必要はありませんが、被害が広がらないためには、施設の管理者と家庭との連携が重要になります。報告義務はありませんが、アタマジラミの駆除をしていることを管理者にお伝えいただくほうがいいでしょう。

Q5 アタマジラミのほかに、人につくシラミの仲間はいますか？

Answer

アタマジラミのほかにコロモジラミ、ケジラミが知られています。

コロモジラミ：体長は3～3.5mm程度で、吸血時以外は衣類の縫い目や折り目等（主に下着）に生息しています。主に衣類洗濯をしない人に寄生が見られるようです。伝染病を媒介することで知られています。

ケジラミ：体長は1～2mm程度。寄生部位は主として陰毛の根元で、主に大人に見られます。皮疹を伴わない、非常に強いかゆみを生じます。刺咬による青灰色斑が見られることがあります。伝染病は媒介しません。



正しく知ろう!!



アタマジラミ



アタマジラミの相談は、今でも少なくありません。保育施設や小学校などの集団の場で発生すると、知識不足や誤解から混乱が生じることがあります。アタマジラミが発生したときは、このリーフレットを参考にして、冷静な対応をお願いします。

アタマジラミとは？

アタマジラミは頭髪に寄生します。体長は2～3mm程度で、色はやや褐色、幼虫から成虫まで同じ形をしています。羽はなく、飛んだり跳ねたりすることはありません。頭髪の中に住み、頭皮から吸血します。吸血しないと3日程度で死にます。吸血されると、頭部にかゆみを感じるため、かき過ぎによる炎症や湿疹、睡眠障害といった症状が出る方もいます。しかし、寄生初期にはかゆみを感じない方も多く、そのため発見が遅れ、被害を広げてしまうこともあります。伝染病を媒介する危険性はありません。

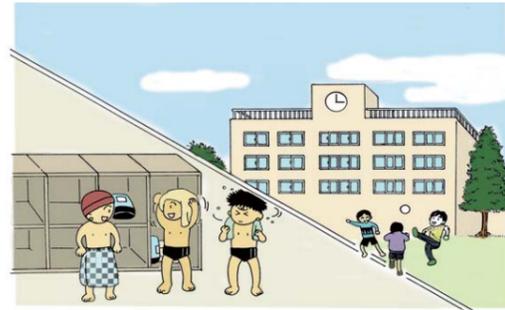


成虫の形状
(体長：2～3mm)



どうやってうつるの？

- 頭と頭が直接触れ合う。
- くし・ブラシ・タオル・帽子・寝具等、身の回りの品を共用する。



特に、集団で利用する施設（保育園・幼稚園・小学校・プールや銭湯等の脱衣室）では、このような機会が増えるため、アタマジラミの集団発生につながる可能性があります。

※遊泳中や入浴中にうつることは、ほとんどありません。

※旅行等で海外から家庭に持ち込むこともありますので、十分に注意してください。

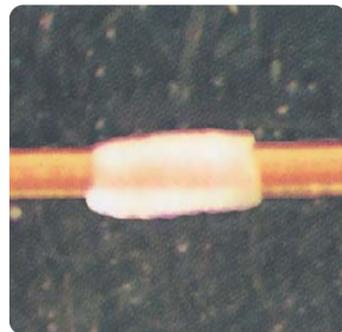


アタマジラミの見つけ方

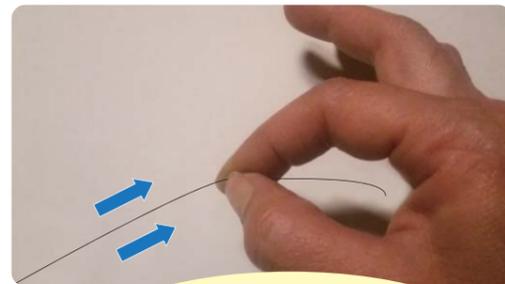
アタマジラミの成虫はよく動き回るので、卵の有無を確認するほうが簡単です。髪の毛の生え際に、白い0.5～1mm程度のものが硬くからみついていたら、アタマジラミの卵の可能性がります。耳のまわりや後頭部の生え際は洗髪しにくいので、見つかることが多い部分です。注意しなければならないのは、「ヘアキャスト」とよばれるフケの一種との区別です。これは、アタマジラミの卵と違って、指でつまんで引っ張ると簡単に動きます。



アタマジラミの卵



ヘアキャスト



ヘアキャストは指でつまんで引っ張ると動きます。

正しく駆除しましょう

- 十分な洗髪が最も大切です。アタマジラミの発生中は、毎日洗髪してください。子どもは洗い方が十分とは言えませんので、親が髪の毛の生え際までしっかり洗い、よくすすいであげてください。洗髪後は、ドライヤー等で十分乾かし、落ちた髪の毛などは密封して捨てるようにしましょう。



- 専用の薬剤（シャンプータイプ、パウダータイプ）を使用する方法もあります。使用上の注意を守ってお使いください。アタマジラミの卵殻は薬剤が浸透しにくいいため、完全に駆除されるまでは10～14日ほどかかります。

- 卵や幼虫は小さいため、ブラシやくしでとくしても、完全に取り除くことはできません。目の細かいくし（すきぐし）を使うと卵も取り除くことができます。

※髪を短くすることにより、見つけやすい、髪をとかしやすい、洗髪しやすいなどの利点があります。



シラミ駆除用のくし



- 枕カバーなど頭に触れるものは毎日交換し、よく洗ってください。洗えないときには、アイロンをかけて、熱処理する方法もあります。

- 寝室の掃除は普段よりも注意深く行ってください。また、寝具にも掃除機をかけた方が効果的です。吸い取ったごみは密封して捨てましょう。



- くしやブラシ、タオル等の共用はさけ、使用した後はよく洗ってください。熱湯に浸すのも効果的です。