

2021年8月吉日

健保だより 62

新電元工業健康保険組合
理事長 白羽 真

日頃より健保組合の取組みに対し、ご理解とご協力をいただき心より感謝申し上げます。

いよいよ夏本番です。ワクチン接種が全国で進みつつある中、大都市を中心に『変異株』による感染拡大が始まっています。今年の夏も再び“我慢の夏”となりそうです。

本来、夏と言うと花火大会やBBQなど屋外でのアクティビティも増えますが、悩ましいのは虫刺され。実は、蚊などの虫に刺された時に起きる“かゆみ”もアレルギー反応であることご存知でしたか？

虫に刺された時の症状が全てアレルギー反応という訳ではありません。「虫刺され」による症状は、大きく「痛み」と「かゆみ」の2つに分けることができます。痛みは虫が刺した時のチクツとする針の刺激による痛みと、皮膚に注入された物質の作用によって起こります。

一方、かゆみは虫の毒素や唾液が皮膚に注入されることによるアレルギー反応です。夏場誰もが経験のある蚊に刺された場合のかゆみや腫れも、アレルギー反応の一種と言えます。

虫刺されによるアレルギーには「即時型反応」と「遅延型（遅発型）反応」の2つのタイプがあります。即時型反応は虫に刺された直後からかゆくなったり、赤くなったりミミズ腫れが現れたりしますが、数十分でおさまります。遅延型反応は虫に刺されて数時間後にかゆみや赤み、腫れなどが出て、数日～1週間程度で改善していきます。

また、虫刺されによるアレルギー反応は、刺された回数で変化していきます。乳幼児期は「遅延型反応」が顕著に起こり、幼児期から青年期にかけてはどちらの反応も起こると言われています。青年期から壮年期では「即時型反応」のみ、老年期になるといずれの反応も起こらなくなる人が多い様です。但し、個人差があるため一概には言えません。

稀に蚊に刺されて激しい症状を起こす人がいます。「蚊刺過敏症」と言って、EBウイルスというものに感染した人のごく一部に起こる疾患です。別名「蚊アレルギー」と言うこともあります。非常に稀な疾患ですが、刺された箇所がひどく腫れ、発熱やリンパ節が腫れるなどの全身症状が現れます。刺された部位は血ぶくれからかさぶた、癬痕（刺されたあと）になります。全身反応を伴っていない時は「蚊刺過敏症」ではありませんが、症状がひどく、蚊刺過敏症が疑われる場合は、早めに皮膚科医に相談しましょう。

夏場、蚊などの虫は森林や草地、河川の近くなどに広く生息しています。こうした自然が豊かな場所に行くときは肌の露出を出来るだけ少なくしましょう。サングラスを装着する、帽子をかぶる、首にタオルを巻く、長袖長ズボンの衣服を着用するなどし、虫刺されから肌を守りましょう。室内ではダニやノミ対策として、まめに掃除機をかけて、ゴミは放置せず直ぐに始末する様にすることが大切です。

虫除け剤には、ディート（忌避剤）という薬剤が含まれており、虫はこのディートを嫌がるので、塗布面に近づいたり触れたりするのを防ぐことができます。ポイントは塗りむらがない様に使うこと。また、薄手の服の場合は服の上からでも蚊やダニに刺されるので、服にもスプレーすると効果的です。

虫除け対策と新型コロナ感染対策をしっかりと行い、暑い夏を満喫しましょう！

以上