搜狐健康
health.sohu.com

ダニの季節がまたやって来た 屋外活動は慎重に

搜狐新聞 news.sohu.com 2017-06-08 10:50 来源：北京积水潭医院

現在は、ダニ出現のピーク期であり、屋外活動では予防に注意をせねばならない。 どのようにしたら『吸血鬼』のダニと距離を置けるか？ あなたの個人防護は大丈夫？ この記事をあなたの周囲の友達と共有することを歓迎します。 どうぞどうぞ(*^__^*)

ダニ

本当にダニには勝つことができないのか？そうではない。 現在はまさにダニのリスクが最高潮に達しており、郊外で遊ぶ際には予防に注意せねばならない。 どのようにして『吸血鬼』のダニから距離をおくか？ あなたの個人防護は大丈夫？ ダニに出会ったらどう処理を？

ダニの特徴

ダニ（『蜱：ピーと発音』）は、『狗豆子（イヌダニ：犬につくダニ）』や『草爬子』といったとも呼ばれ、多種類のダニは、その宿主が非常に広範に及ぶものの、通常は、ネズミ類や家畜などの体表に寄生し、皮膚が薄く、引っ掻いても落ちない場所を選ぶことが多いが、一部のダニは人体に侵襲する。ダニが血を吸った後、そのからだは大豆大に膨張する。一般には赤褐色或いは灰褐色を呈し、楕円形、背腹が扁平、ゴマ粒大から米粒大など色々ある。

全世界で知られているダニの種類は 800 種以上あるが､我が国ではすでに 110 種余りが見つかっている。中原地区で常見されるのは、フタトゲチマダニ（日本では北海道から沖縄八重山にかけて広く見られるようです）やクリイロコイタマダニ（日本では沖縄や九州に見られるようです）、オウシマダニなどだ。

ダニの一生は、タマゴ、幼虫、若虫、成虫の四段階に分けられる。 成虫や若虫には足が **8** 本あるが、幼虫には **6** 本しかない。 春から秋にかけてが、ダニの活動のピーク期となり、冬の間は基本的に活動をしない。 ダニの幼虫や若虫、雌や雄の成虫は全て吸血し、マダニ科のダニの多くは、昼間に宿主を襲い、吸血時間は比較的長く一般に数日を掛けるが、ヒメダニ科のダニは夜間に宿主を襲い、吸血時間は比較的短く一般に数分から 1 時間だ。

ダニのリスク

ダニがヒトを刺したのちにはアレルギーや潰瘍、炎症を起こすなどの症状が引き起こされるが一般的には軽微な症状だ； ダニは媒介生物で、通常は血を吸って病原体（ウィルスや細菌、寄生虫）を伝播し、人に感染させる； ダニは多くの疾病を伝播するが、既にダニが **83** 種類のウィルス、**31** 種類の最近、**32** 種類の原虫を携帯、うち大多数は、ダニ媒介性脳炎や **SFTS**（重症熱性血小板減少症候群）、ダニ媒介性発疹チフス、野兎病、ライム病、ヒト顆粒球アナプラズマ症、バルトネラ感染等、重要な自然感染性疾病と人獣共通感染症で、人類の健康や牧畜業に大きなリスクをもたらす； ダニ媒介性の疾病は極めてまれにヒトヒト間の伝染があるが、大量の病原を含んだ血液や分泌液に触れないと感染発症しない。

ダニ対策

＊ 外に出かける際には、ダニ類の生息しがちな草地や樹林などで長時間座らないようにすること。もしこのような地区に立ち入らねばならない場合には、長そでの衣服着用を建議する； 他に、ズボンの裾をきつく縛る或いは靴や靴下の中に押し込む； 淡色の衣服を着ることでダニの付着が見つけやすくする；ニットの衣類の表面は光沢のあるものにするとダニが付着しにくくできる；サンダルは履かないこと。

＊ ダニに刺されるのを防止するには、外では個人の防護に注意し、肌が露出する部分にはディート剤（**DEET**、但し 2 歳以上の年齢のものに）などの忌避剤を塗布することで数時間は有効となる。 衣服やテント等の魯栄養装備には殺虫剤（ペルメトリン）に浸す或いはこれを噴射する、または、ディート剤の入った忌避剤を塗布すること。

＊ ダニは、ヒトの逃避や腰、腋下、鼠憩部及び踝の下部などの部位に付着するが、もし、体についたダニを見つけたら、皮膚に傷がつくのを防ぐため、ダニの東部が皮膚内に残らないようにするためにも

無理に引っ張ろうとしないことだ。 正確な方法は、すぐに最も近くにある正規の病院（この『正規の病院』という文字が頻繁に記事上に表れています。いかに如何わしい医療機関が多いか、裏面から見えてきそうですね）にゆき、ダニを摘出して、再度局部の消毒をし、体の状態も観察してもらうこと。

＊ 人体にせよ動物にせよその体表や壁面や地面にダニを発見したら、絶対に手では接触せず、ピンセットやその他の工具でつまんで焼き殺すこと；もし、うっかりとダニに触れてしまったり、ダニを押し潰してしまったりした場合には、ヨード或いはアルコールで局部の消毒処理をすること。

＊ ダニに刺された、或いは野外で活動した後に、発熱などの疑い症状或や兆候が表れた場合、速やかに病院にかかり、医師に関連の暴露歴を告げること、ダニに媒介される疾病の流行地には警戒をせねばならない。 ダニの刺し傷が見当たらなくとも、流行地区から戻ってきた人々は自分の身体状況を監察し続けること。

＊ ハリネズミやイヌ、鼠、蛇、鳥類などの動物は、その活動の特徴から容易にその体表にダニを寄生させることになる。市民においては、体表にダニを携帯するような動物を拾ったり接近したりしないように望む。ダニ類のいる場所にペットを連れての旅行をする場合、個人防護をしっかりとして、離れる時にはペットの体表にダニが付着しているか否かを詳細にチェックして動物が屋外から家庭へのダニの侵入を防がねばならない。

: :

Season of Ticks Come Back Again: Outdoor Players Beware

Sohu News　　news.sohu.com　　2017-06-27　　20:25　　Source：Beijing Jishuitan Hospital

----

It is the high season for ticks, outdoor players should pay attention to prevention. How to stay away from "blood thirsting" ticks? Is your personal protection in place? Spreading this article to your friends and family around is welcomed, please.

Ticks

Are ticks really hard to prevent and/or overcome? No. Now is the hi-risky season of ticks, when you go to suburban area for tourism, you should pay attention to prevention. How to stay away from "blood thirsting" ticks? Is your personal protection in place? How does it deal with it when you find them?

Characteristics of Ticks

<Skipped the rest part of this article>

http://www.sohu.com/a/147103198_100182?loc=4&tag_id=64722

: 以下は中国語原文 :

【健康小常识】又到蜱虫活跃期 户外活动需谨慎

搜狐新聞　　news.sohu.com　　2 017-06-08　　10:50　　来源：

现在是蜱虫出现的高峰期，户外活动应注意预防。如何远离“嗜血”蜱虫？你的个人防护到位吗？欢迎将此文转给身边的亲朋好友，别客气(*^__^*)

蜱虫

蜱虫真的防不胜防吗？不是的。现在正是蜱虫危害高峰，郊外旅游应注意预防。如何远离“嗜血”蜱虫？你的个人防护到位吗？遇到它如何处理？

蜱的特点

蜱也叫狗豆子、草爬子，多数蜱种的宿主很广泛，通常寄生在鼠类、家畜等体表，多选择皮肤较薄、不易被搔动的部位，有些种类侵袭人体。蜱吸饱血后，虫体膨胀后如黄豆大小。一般呈红褐色或灰褐色，长卵圆形，背腹扁平，从芝麻粒大到米粒大不等。

全世界已知蜱类 800 余种，我国已发现 110 余种。中原地区常见的有长角血蜱、血红扇头蜱、微小牛蜱等。

蜱的一生包括卵、幼虫、若虫和成虫 4 个阶段，其中成虫、若虫有 8 条腿，幼虫有 6 条腿。春秋季是蜱的活动高峰，冬天基本不活动。蜱的幼虫、若虫、雌雄成虫都吸血，硬蜱多在白天侵袭宿主，吸血时间较长，一般需要数天，软蜱多在夜间侵袭宿主，吸血时间较短，一般数分钟到 1 小时。

蜱的危害

蜱叮咬人后可引起过敏、溃疡或发炎等症状，一般均较轻微；蜱是媒介生物，常通过叮咬吸血传播病原体（病毒、细菌、寄生虫）使人患病；蜱可传播多种疾病，已知蜱可携带 83 种病毒、31 种细菌、32 种原虫，其中大多数是重要的自然疫源性疾病和人兽共患病，如森林脑炎、蜱传出血热、蜱传斑疹伤寒、野兔热、莱姆病、人粒细胞无形体病、巴尔通体感染等，给人类健康及畜牧业带来很大危害；蜱传疾病极少见人传人现象，但接触含有较大量病原的血液或分泌液，有可能感染发病。

蜱虫的防治

Ø 出游时，应当尽量避免在蜱类主要栖息地如草地、树林等环境中长时间坐卧。如需进入此类地区，建议穿长袖衣服；扎紧裤腿或把裤腿塞进袜子或鞋子里；穿浅色衣服可便于查找有无蜱附着；针织衣物表面应当尽量光滑，这样蜱不易粘附；不要穿凉鞋。

Ø 为防止被蜱虫叮咬，在外注意做好个人防护，裸露的皮肤可涂抹驱避剂，如避蚊胺（DEET，只推荐 2 岁以上年龄的人员使用），可维持数小时有效。衣服和帐篷等露营装备用杀虫剂（氯菊酯）浸泡或喷洒，或涂抹含避蚊胺的驱避剂。

Ø 蜱常附着在人体的头皮、腰部、腋窝、腹股沟及脚踝下方等部位，如果发现蜱虫附着在身体上，不要生拉硬拽，以免拽伤皮肤，或将蜱的头部留在皮肤内。正确的方法是尽快找到最近的正规医院，将蜱虫取出，再做局部消毒处理，并随时观察身体状况。

Ø 无论是在人体或动物体表，还是游离在墙面、地面发现蜱，不要用手直接接触，甚至挤破，要用镊子或其他工具夹取后烧死；如不慎皮肤接触蜱，尤其是蜱挤破后的流出物，要用碘酒或酒精做局部消毒处理。

Ø 有蜱叮咬史或野外活动史者，一旦出现发热等疑似症状或体征，应当及早就医，并告知医生相关暴露史，应当对疫区的蜱传疾病保持警惕。即使未发现被蜱叮咬，从疫区旅行回来的人员也应当随时观察身体状况。

Ø 刺猬、狗、鼠、蛇、鸟类等动物由于其活动特点造成容易被蜱寄生于体表，请市民不要捡拾或接近这些体表自然携带蜱的动物。当携带宠物外出到蜱类生活地区旅行时，除个人要做好个人防护，离开时要仔细检查宠物体表是否有蜱类附着，防止这些动物由野外携带蜱进入家居环境。

20170608C ダニの季節がまたやって来た 屋外活動は慎重に（搜狐健康）