

## デング熱が、約70年ぶりに、日本国内で発症しました。

2014年9月10日現在、デング熱の感染者は88人になり、都内に訪問したことのない感染者も見つかっています。つまり、都内に出かけていないから、感染者の出たあたりに行ったことがないから安全とは言えません。デング熱のことを知り、早期受診ができるようにするとともに、蚊に刺されないよう対策をし、デング熱を予防しましょう。

### デング熱の基礎知識

☆デング熱とは…

デングウイルスが原因で起こる感染症で、主に熱帯・亜熱帯地方で発生します。

☆主な症状

筋肉痛や関節痛を伴う突然の高熱（38～40℃）、激しい頭痛、  
発熱後に赤い点状の発疹（発熱後、体幹から出始め、四肢・顔面へ広がる。痒みや痛みはない）

☆潜伏期間

2～15日。

蚊に刺されてから、2～7日で発症することが多いです。

☆感染経路

デングウイルスに感染した人を吸血した蚊が  
他の人を吸血することで感染します。  
人から人へ直接感染することはありません。

☆治療

症状の消失や緩和が目的の対症療法を行います。  
特效薬はありません。

☆経過

デング熱の症状は約1週間で消え、通常は後遺症を残すことなく回復します。  
しかし、デングを起こすウイルスには4種類あり、ある種類のデングウイルスに感染して回復し、その後別の種類のデングウイルスに感染すると、重篤な「デング出血熱」になるリスクが高まります。

#### ※デング出血熱

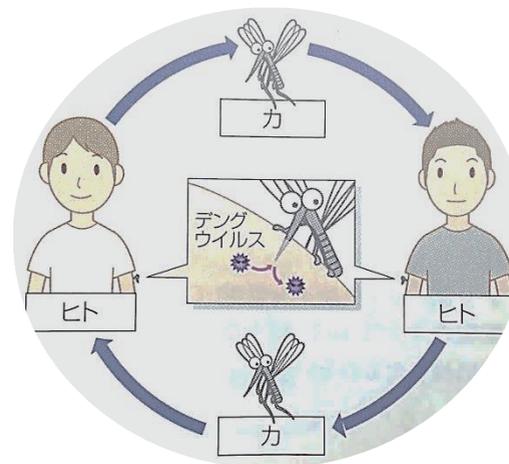
デング熱と同様に、デングウイルスが原因の感染症。

デングウイルスに感染した人のうち、最初はデング熱とほぼ同様に発症し経過しますが、熱が平熱にもどるころに血液中の液体成分（血漿）が血管からもれ出したり、出血の症状が現れたりすることがあります。適切な治療を行わないと死亡することがあります。

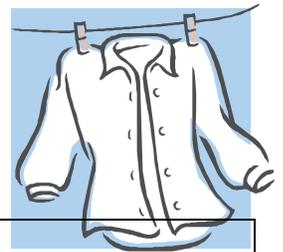
☆予防法

ワクチンや予防薬はありません。蚊に刺されないようすることが唯一の予防法です。

### デング熱の感染の流れ



## 「蚊に刺され」を予防する



### ☆蚊に刺されにくい服装をする

白や薄い色の服を着用	蚊は、黒や濃い色の服に集まる性質を持つため、蚊の集まりにくい白や薄い色の服を着用しましょう
長そで長ズボン・帽子の着用	肌の露出を減らすことで、蚊が直接皮膚にとまることを防ぎます。また、蚊は温かい体温を好むため、肌からの発熱を隠すことができ、蚊に刺されにくくなります。
こまめに汗を拭く	蚊は、汗のおいにおいに寄ってくるといわれています。常にタオルを持参し、汗をかいたら拭き取るなど、皮膚を清潔に保ちましょう。
虫よけスプレーを使う	肌の露出した部分に、虫よけスプレーをつけましょう。また、汗をかくと有効成分が流れて効果を発揮できないので、虫よけスプレーを携帯し、付け直すようにしましょう。



※運動後は、体温が上昇して汗の量も増えているため、蚊に刺される確率が高くなります。体育の後や部活動の後には、特に注意が必要です。

### ☆蚊に刺されやすい環境を避ける

草むら	草木が茂った場所は蚊が多く生息しています。どうしても近づかなければならない時は、服装を十分整えましょう。
田畑・池・沼など、水の溜まる場所	蚊の幼虫のボウフラは、水の溜まる場所で繁殖します。田畑や沼など、水の溜まりやすい場所には、近づかないようにしましょう。

### ☆家の中を、蚊に刺されない空間にする

網戸をしっかりしめる 窓の開閉時間を短くする	蚊を室内に入れないために、網戸を閉めましょう。また、窓を開ける際は、蚊が侵入しないよう素早く開閉しましょう
蚊取り線香を利用する	蚊取り線香など、蚊を寄せ付けない製品を利用しましょう。
水の溜まる場所を減らす	蚊の幼虫であるボウフラは、水の溜まる場所で繁殖します。たったコップ1杯の水があってもボウフラは繁殖するので、ベランダの植木の受け皿などに、水を溜めないようにしましょう。また、水だけ取り除いても卵が残っている場合があるので、きれいに洗うことが重要です。
植木の手入れをする。	木が茂った場所は蚊が発生しやすいので、雑草の処理など、こまめに手入れをしましょう。手入れをする際は、蚊に刺されないよう服装を十分整えてください。

#### 参考文献

株式会社メディックメディア 病気が見える vol.6 免疫・膠原病・感染症 第1版

Yahooヘルスケア デング熱・デング出血熱 <http://medical.yahoo.co.jp/katei/251035000/> (2014.9.10 閲覧)

国立感染症研究所感染症情報センター [http://idsc.nih.go.jp/idwr/kansen/k04/k04\\_50/k04\\_50.html](http://idsc.nih.go.jp/idwr/kansen/k04/k04_50/k04_50.html) (2014.9.10 閲覧)

OK Guide <http://okguide.okwave.jp/guides/54486> (2014.9.10 閲覧)

株式会社セラフィ 蚊に刺されやすい条件 <http://www.seraphy.co.jp/2005/260-2005-8-18.html> (2014.9.10 閲覧)