



## 防蚊対策

森田小児科医院

### 1. 蚊が媒介する感染症について

- 蚊はマラリア、デング熱、日本脳炎、ジカ熱など多くの感染症を媒介します。
- これらの感染症には予防ワクチンがないものが多いため、防蚊対策が非常に重要です。

### 2. 防蚊対策の基本

- マラリア対策で一番大切なのは、ハマダラカ（羽斑蚊）に刺されないことです。
- ハマダラカは黒い色を好み、夕方から夜明け（17時から翌朝7時頃）にかけて吸血します。壁などに止まって休むときは45度の角度でお尻を上げます。
- ハマダラカは、白い色を嫌い、汗の匂いやアルコールの匂いに集まりやすく、膝から下をさすことが多いようです。
- 服装: 長袖、長ズボン、淡色の衣服を着用し、できるだけ肌の露出を避けます。ペルメトリン含有の防虫ウェアがお勧めです。（例: インセクトシールド®）
- DEET含有虫除け剤（忌避剤）の使用: 皮膚の露出部には、DEET濃度が20%以上の防虫剤を使用し、数時間ごとに塗り直します。（例: DEET 24%は5時間ごと）服の上から刺してくる場合には無力です。
- 蚊帳の使用: 特に寝ている間は蚊帳を使用しましょう。

### 3. 特別な注意事項

- 薬の服用: マラリア予防薬（例: マラロン）は、渡航前から始め、帰国後も継続して服用します。副作用や禁忌事項に注意し、医師の指導を受けてください。
- 日焼け止めとの併用: 日焼け止めに先に塗り、30分以上経過した後、その上から虫除け剤を塗布します。混合使用は避けてください。
- 室内対策: 窓を開けばなしにせず、エアコンを使用して室温を低めに保ちます。窓を開ける場合は網戸の穴をチェックし、修理が必要な場合は行います。

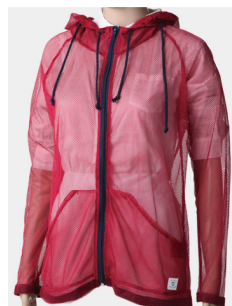
### 4. 行動のポイント

- 外出時: 蚊の多い場所や時間を避け、蚊取り線香などを活用します。
- 飲酒と蚊刺され: アルコールに酔うと判断力が鈍り、蚊に刺されやすくなるため、外出前には忌避剤をしっかりと塗りましょう。
- 香水・石鹸やシャンプーの匂いはさせない
- 汗を書いたらこまめに拭き取ったりシャワーで流したりする

以上の基本的な防蚊対策を遵守することで、蚊による感染症のリスクを減少させることができます。安全な旅行や生活を送るための参考にしてください。



ハマダラカ *Anopheles*





## マラリア予防薬

### マラロン® (アトバコン・プログアニル塩酸塩配合)

料金:

- ・ 1錠750円

用法・用量:

- ・ 1日1回1錠、流行地に入る1～2日前から開始
- ・ 食後、または食事中に内服
- ・ 流行地から離れてからも7日間継続

副作用:

- ・ 下痢、腹痛など
- ・ 20%以上の服用者が副作用を経験

禁忌・慎重投与:

- ・ 重度腎障害のある患者には禁忌
- ・ ワーファリンと併用時にワーファリンの作用を増強する

