

子どもの

アタマジラミ

チェックと対策



新宿区保健所



はじめに

近年、上下水道の整備など衛生環境の改善等により、衛生害虫が媒介する疾病は、以前と比較すると非常に少なくなりました。

また、住居の新築・改装に伴い、居住環境の高密度化・高断熱化が進み、ぜん息やアトピー性皮膚炎などアレルギー疾患の原因となるダニの発生や建築材や家具などからの化学物質で健康被害が生じる例が出ています。

WHO（世界保健機関）は、様々なシラミ症の世界的規模の再興を取り上げていますが、アタマジラミは、日本を含む先進国で広く発生していて、衛生状況の不良とはあまり関係はなく、病原体の媒介にも関与しません。しかし、寄生によって激しい痒みや精神的ストレスを生じさせるほか、身を寄せ合って遊ぶ子供達は、頭部の接触により髪から髪へとアタマジラミがうつっていくため、学校保健安全法では「学校等で予防すべき感染症」としています。

小学校、幼稚園、保育園等の先生方と保護者の皆様が、アタマジラミ症の正しい知識と適切な対策方法を理解し共有していくことで、「アタマジラミは不衛生が原因」という誤った認識を払拭し、子供達を傷つけずにいじめや差別から守ることができます。

また、発生状況の情報が家庭から集団に、集団から家庭へ正確かつ円滑に伝達していくことは、感染症の蔓延予防のため不可欠なことです。

このパンフレットを活用して、効果的なアタマジラミの防除につながる事ができれば幸いです。

新宿区保健所



アタマジラミが不潔という考えは古い

シラミは不潔の代名詞のように言われていますが、アタマジラミはごく普通の生活をしていても発生します。

アタマジラミ感染の多くは頭の接触が原因となり、頭を接触させて遊んだり、集団で昼寝することや枕や布団に落下したシラミが別の人の頭髪に移ることが蔓延の原因となっています。共同使用の帽子、ヘアブラシ、タオル類、衣類等も蔓延の一因です。また、子どもと一緒に寝ている場合、大人の頭髪に移行することもあります。

アタマジラミが低学年児童以下に多く見られ、高学年児童以上の生徒や大人にほとんどみられないのは洗髪に一因があります。小さい子どもは自分で頭を洗いたがり、また洗髪を嫌ったりする傾向があります。きちんと洗髪することでシラミを減らすことができますが、洗髪が不完全なためにこれが多く残って増殖してしまいます。特に、この傾向は髪の長い女兒にみられ、また、子どもはブラッシングやドライヤーの使用をすることが少ないこともシラミを増やす原因となっています。

10歳以下の子どもの洗髪はたまに大人が手伝いながら卵の有無を確認しましょう。アタマジラミの寄生は海外旅行や近所の子ども同士での遊びの中でうつり、先進国では不衛生な生活と関係無いところで広まっていることを確認してください。





アタマジラミの成虫



アタマジラミの卵

アタマジラミの寄生による症状

蚊、ミノ、シラミ等の吸血性昆虫は、吸血時に唾液腺から唾液を人の皮膚に注入し、この唾液中のタンパク質に対して抗体 (IgE) が作られます。

しかし、アタマジラミが頭に寄生した場合、すぐ痒くなるわけではなく吸血、産卵を繰り返しシラミの数が増えることにより、タンパク質に対する抗体が産出されて一ヶ月程で痒みが出てきます。

アタマジラミは人以外の動物に寄生することはなく、自らは人体から離れることもなく、卵から成虫まで人の頭髪の中で過ごします。

また、通常1日数回吸血しますが、吸血しないと2日間程度で餓死します。

アタマジラミは側頭部から後頭部にかけて多く寄生し、吸血が繰り返されるため、その部分に強い痒みが生じます。アタマジラミが寄生した幼児では、頭皮を掻きすぎることにより細菌感染によって起こる「トビヒ」となる場合がありますので注意が必要です。

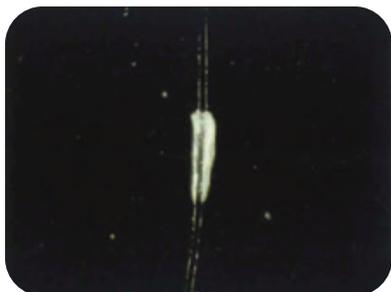
アタマジラミの寄生をチェックしよう

洗髪を頻繁に行っているにもかかわらず子どもが頭を痒がる場合には、アタマジラミが寄生している可能性があります。アタマジラミの成虫や幼虫は、頭髪の間を泳ぐように動きます。

アタマジラミの寄生の初期や数が少ないと発見が困難であるため、頭髪や頭皮を注意深く観察する必要があります。さらに、必要によっては虫メガネで観察してください。

痒みの訴えの他に、光沢のある灰白色の卵が頭髪に斜めの角度で付着している場合、アタマジラミ症が考えられます。

アタマジラミの卵の頭皮から卵の付着部まで距離を測り、その長さを頭髪の1日の伸びである0.5mmで割ることにより、いつ感染したかをおおよそ判断できます。シラミの発育期間は卵が約7日間です。その後幼虫になり約10日間で成虫になります。成虫の寿命は約一ヶ月間で一生に50～150個の卵を産みます。大きさは成虫でオスが2mm、メスが3mmです。



ヘアキャスト (卵もどき)



アタマジラミの卵



アタマジラミの卵の判定

アタマジラミの卵の大きさは、0.5mm×0.3mmの楕円形で灰白色、毛髪にセメント様物質で固定され、一般的には幼虫が孵化した後にも抜け殻になって毛に残存し、爪で取り除こうとしても容易には移動しません。

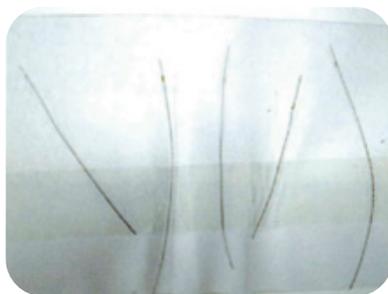
一方、「卵もどき」と呼ばれるヘアキャストはフケと異なり毛を取り巻き鞘状の構造を持っていますが、そっと指で挟んで動かすと毛に沿って移動します。しかし、卵でも中には動くものもあり、この方法だけで判断するのは危険です。

不明の場合、新宿区では写真の様にセロテープを用いてはがしやすい紙に髪の毛と一緒に卵と思われるものを貼り付けて相談していただければ、シラミの卵か否かを調べてお答えします。

検査方法は実体顕微鏡にて卵かヘアキャストかを判定します。



実体顕微鏡による判定



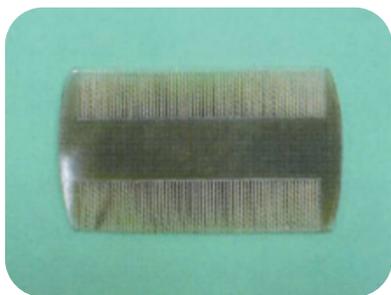
台紙に調査する髪の毛を
セロテープで貼付



アタマジラミ^{すぐし}専用梳き櫛を貸出します

新宿区では、アタマジラミ症に感染した方に専用の梳き櫛の貸出しを行っています。

この梳き櫛は全米シラミ協会が推奨している商品で梳き櫛のみを使いシラミ駆除剤を使用しない方法です。これはアタマジラミの卵は薬が効きにくく、また、孵化した後の殻は頭髮に残るため、髪を梳き櫛で梳くことにより、卵と殻及び幼虫、成虫を取り除く方法です。



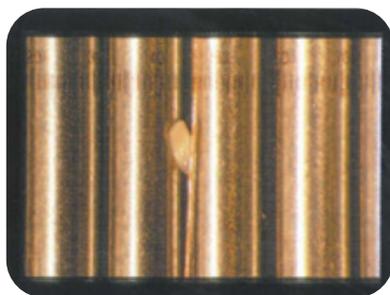
アマゾンの梳き櫛



日本の梳き櫛



全米シラミ協会の梳き櫛
(貸出し用)



専用梳き櫛による卵の除去

梳き櫛は昔から世界中に有ります。髪を丁寧に梳くことで卵の除去状況などを確認し、シャンプーで洗髪を丁寧にしてください。

アタマジラミの予防をしよう

アタマジラミは知らないうちに頭髪につき集団の中で広がっていきますが伝染病への関与はありません。一方、コロモジラミは、発疹チフス、回帰熱といった重要な病気を媒介しますが、日本での発生例はまれです。

家庭で出来ること

子どもだけで洗髪ができる場合でも小学校低学年までは、家庭で大人が時々子どもの頭にシラミがついていないか調べながら子どもの頭を洗ってあげましょう。さらに、ブラッシング、ドライヤーの使用方法を教えてあげましょう。また、海外旅行に行ったときは、シラミの感染の有無を確認してください。基本的にアタマジラミの問題は家庭で解決できます。

小学校、幼稚園、保育園では、基礎知識の普及を

シラミの発生している子どもがいじめの対象になる可能性があります。先進国では普通の生活の中で感染し、不衛生による感染ではありません。ごく普通に伝染しますが、今日ではシラミを知っている世代が少なくなってきたため、対応が遅れがちになっていると考えられます。小学校、幼稚園、保育園がアタマジラミの基礎知識を保護者や児童、園児に普及させることが蔓延防止のために大切です。

新宿区保健所では、小学校、幼稚園、保育園にアタマジラミが発生した場合、専用梳き櫛の貸出し及び講習会、個別相談に応じています。

アタマジラミ対策

世界的に衛生害虫対策のための殺虫剤の使用を制限する動きと、シラミ類の殺虫剤に対して抵抗性の発達が見られ、シラミ類の駆除に関しても殺虫剤に依存しない方法が考えられ始めました。

薬剤による駆除法

低毒性のフェノトリンを0.4%含有した粉剤（パウダー）又はシャンプーがアタマジラミ用として市販されています。ただし、卵には効果がないので、卵が孵化する2～3日間隔で3回程度使用します。パウダーを使用する場合、頭髮には1回7g程度を散布し、手や櫛などでシラミの潜んでいる部分に十分いきわたるようにしてください。散布後1時間程度はそのままにしておき、その後は水、石けん等で洗い流してください。シャンプーを使用する場合、髪を濡らした後に、10～20ml程度を全体に均等になるようにシャンプーします。5分間放置した後に十分洗い流してください。薬剤処理の際には、口や目に入らないように注意をしてください。なお、市販の駆除剤の用法、用量を守って使用し、効果が認められない場合は使用を中止してください。

アタマジラミ用梳き櫛による駆除法

新宿区保健所では、アタマジラミ症の発生の中心が幼少児であることを考え、薬剤に頼らない方法でアタマジラミの成虫、幼虫、卵を取り除きたいと考えている区民の方々に梳き櫛による駆除方法を提案しています。

【駆除手順】

1. まず、シャンプーを使って丁寧に洗髪してください。皮膚の状態によっては、皮膚に優しい低刺激性シャンプーを使用してください。
2. 次に、櫛の通りをよくするために、**リンス**等を髪に馴染ませた後、軽くすすいでください。

3. シャンプーブラシで髪を全体的に梳き少量ずつ髪のもつれがなくなってきたところで、髪の毛の生え際から、丁寧に専用梳き櫛を用いて梳いていきます。この作業の時、特に側頭部から後頭部にかけて注意深くシラミの卵を探してください。



シャンプーブラシ

4. 卵が見つかった場合、成虫、幼虫、卵、卵の抜け殻を取り除くため櫛を頭皮に押付け、髪の毛の根元から先まで完全に引いていきます。卵を除去する際、若干の痛みを伴うことがあります。毛先まで引き抜いてください。右写真のように2～3cmの毛の幅で梳くことがコツです。



おしゃべりしながら、まんべんなく

5. 櫛からアタマジラミと卵を取り除くために1回ずつ流水またはカップに用意したリンス等を少量入れた水で洗い流します。必ず1回毎に櫛が完全にきれいになったか、光にかざして確かめてください。1回髪を梳く時間の目安は、少し大変ですが頭全体を20分程度かけ、頭髪をまんべんなく梳いてください。
6. シラミは水に対して運動能力がほとんど有りませんので、速やかに排水口に流してください。
7. これを3日間続けてください。駆除が完了したあとも、定期的に頭髪や頭皮を観察してください。
8. ブラシ、タオル等を家族で別けて使用してください。枕カバー、シーツ等、頭髪が直接接触するものは、アタマジラミが付着している可能性が高いため1週間ほど毎日の交換が必要です。
9. 櫛は子どもが誤って使用しないように子どもの手の届かない場所に保管してください。

寝具、下着、洋服等の消毒

アタマジラミは、60℃の温水に5分間漬けると成虫及び卵が100%死滅します。消毒したいシーツ、枕カバー、下着等を温水に入れた状態で水温を60℃、5分間を維持します。水温が手で触って安全な温度になったら排水をして洗濯等を行ってください。

小学校、幼稚園、保育園等での対策

園児や児童にアタマジラミの発生が確認された場合には、かなり広範囲に蔓延している可能性があります。この場合には、一人だけが駆除をしてもまたすぐにうつる可能性が高いので、学校、幼稚園、保育園等は、発生状況調査に基づいて一斉駆除を行うことが大切です。

学校等で駆除指導を行う際に気を付けなければならないことは、シラミの発生している児童がいじめの対象になる可能性があることで、検査や先生から児童への説明の際には細心の注意を払う必要があります。具体的には、特定の児童の検査を細かく行ったり、時間を長くしたりしないことなどです。また、特定の児童が発生源であるような表現は避けなければなりません。さらに、父母に対しても、通信網を通じてこれらのことについて周知徹底をはかる必要があります。



「子どものアタマジラミ チェックと対策」

発行日 平成12年6月

改訂日 令和元年12月

編集・発行 新宿区保健所衛生課

〒160-0022 新宿区新宿五丁目18番21号

TEL 03-5273-3841 FAX 03-3209-1441

写真提供 国立感染症研究所昆虫医科学部

印刷物作成番号

2019-22-3221

この印刷物は、業者委託により2,000部印刷製本しています。その経費として、1部あたり143円(税込み)がかかっています。ただし、編集時の職員人件費や配送経費などは含んでいません。

リサイクル適性 

この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。