

子ども達を シラミ・差別やイジメから守ろう！

流行ってます アタマジラミ

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。なのに、不潔だから寄生したといった誤った知識によって、子ども達が差別されたりイジメられたりする例があるのです。

アタマジラミ感染の多くは頭の接触が原因となります。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大きな要因で、髪に触れる帽子や衣類等の貸し借り・共有も原因の一つです。また、子供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ないのは洗髪に一つの違いがあります。小さい子供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、子供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歳以下の子供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供同士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認識して下さい。

理容組合 加盟店

正しい知識・間違った知識

誤解しないで！ アタマジラミがいるから 不潔というわけではありません

不衛生で問題となるシラミは、アタマジラミではなくコロモジラミです。下着などの衣服に寄生し、感染症の原因ともなります。衛生状態が良好な現代社会では問題ありません。また、ケジラミは大人が感染することが多く陰毛に寄生することから、性行為感染症の一種ともいえます。これも別のものです。

アタマジラミは人を選びません。誰でもうつるときはうつてしまいます。



どんなことで感染するの？

- 集団生活や集団昼寝などで寄り添う時にうつることがあります。
- 子どもが頭を触れ合って遊ぶことによりうつることがあります。
- 帽子、ヘアカーラーゴム、スカーフ、マフラー、クシ、ブラシ、衣類等を共用する、貸借りでうつることがあります。
- 寝具類、マクラ、シーツ、ベット等を介してうつることがあります。



洗髪が不十分で 増やしてしまうことも

子どもが自分で髪を洗いはじめたり、子ども同士で洗うことがあります。シャンプーやお湯が目・耳・口に入るのを嫌がり簡単に洗っている場合があります。特に洗い忘れがちな耳の後ろや後頭部に、卵が多く見られますのでご注意ください。

アタマジラミの見つけ方

洗髪を頻繁に行っているにもかかわらず子供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。寄生初期はカユミがないことがあり気づき難いです。

アタマジラミは、髪の毛の間をかなり早く動き逃げるので、寄生が少ない場合は見つけるのが困難です。

最も簡単な見つけ方は毛に産み付けられている卵を探します。卵は一見ふけの様に見えますが、0.5mm×0.3mmの楕円形で頭髮に斜めの角度で付着しています。通常、卵の色は、艶のある少し透けた乳白色をしています。古くなった脱け殻などは、透けた薄茶色に見えます。



正常な人にも見られるヘアキャスト（皮膚分泌物でフケが髪の毛を取り巻いたようなもの）が、卵が毛から取れて基部だけが残った状態と似て、よく見間違えられます。

ヘアキャストは指の先でつまんで引っ張ると簡単に動きまわります。シラミの卵（基部）は、セメント様物質で毛にしっかりと産み付けられているので、引っ掛かる感じがります。

家庭での駆除方法について

大切なのはスキンシップ！

予防・駆除は、よくお子さんを観察し、
ゆっくりお喋りでもしながら、
スキンシップを重ねる気持ちで！

予防として、子供だけで洗髪ができる場合でも小学校低学年までは、家庭で大人が時々シラミがついていないか調べながら子供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いきましょう。また、海外旅行に行ったときは、シラミ感染の有無を確認して下さい。基本的にアタマジラミの問題は家庭で解決していく問題です。

駆除の準備

アタマジラミ専用梳き櫛

成虫・幼虫・卵も効果的に駆除・除去できる専用の梳き櫛を使った方法をお勧めします。

専用の梳き櫛はインターネットなどでも紹介されています。検索のキーワードは、「アタマジラミ駆除専用梳き櫛」「アタマジラミ梳き櫛」「全米シラミ症協会」などです。

その他に利用できるものは、

- 古くからある日本の梳き櫛(購入先：和装小物を扱うお店など)
- ペット用(ネコノミ用の目の細かい物)のクシ(購入先：ペットショップ)
- シラミ駆除用のスミスリンシャンプーには専用のクシ(購入先：薬局)がついています。



●卵は、縦0.5mm×横0.3mm くらいなので、梳き櫛の代用品や専用の梳き櫛でも、クシ目幅により引っ掛からないことがあります。この場合は、クシを少し斜めにして梳くなどの工夫をしてください。駆除としての理想的な梳き櫛は、新しい千円札をクシ目に差してお札が簡単に落ちないものが良いと思われま。

●梳き櫛を使う場合は、片面にマジックなどでマークをつけましょう(クシの裏表を作る)。梳き櫛で梳くときは、交互にひっくり返さないようクシ面を統一しましょう。

その他

普通のブラシ・クシ

ベビーオイル(リンス・コンディショナーでも可)

使い古した歯ブラシ・ヘアクリップ

洗面器・普段使用しているシャンプー・タオルなど

※100円ショップで売っているケープがあると、お風呂場以外で服を着たまま出来るので特に冬場などは便利です。

専用梳き櫛による駆除方法

■特徴：この方法は薬剤を使いませんので、経済的で手軽にできる方法です。薬剤等に弱い子ども向け。駆除中に卵などがよく見える。冬季でも時間がかけられる。服を着たままできる。比較的気軽にできる。やる気があれば早く駆除できる。洗髪がいつでもできる。

① ブラッシング

髪のクシ通りを良くするために、ベビーオイルやリンス・コンディショナーなどを少しずつ付けながら、②の作業のために徹底してブラシでブラッシングして、髪の絡まりを無くします。

髪が絡まって引っかかると子どもが嫌がります。絡まりやすい子や毛が細い子は、最初は目の粗いブラシで撫でるように少しずつブラッシングを進め、だんだん細かいブラシに切り替える方法もあります。スキンシップを兼ねた心地よい処置であればお子さんも嫌がらずに駆除はどんどん進むでしょう。忙しい方は最初のブラッシングを子ども自身にやらせておきます。

② 専用梳き櫛でシラミ・卵を除去

髪を一方方向（後方がよい）に丁寧にブラッシングして、ヘアークリップなどを利用して2～3cm位に小分けしながら専用梳き櫛で髪の根元から梳きとります。時間はかかりませんが、お子さんとお喋りでもしながら、まんべんなく行います。

梳き櫛は1回梳くごとに洗面器で濯ぎます。こまめに光にかざしてクシの根元などに卵などが付いていないか確かめてください。1mm位の小さなもの（幼虫・卵）がクシに挟まっている場合は、歯ブラシでそぎ落としてください。要は再付着しないように！

ブラッシングによりアタマジラミが一時的に頭皮上に避難している場合があります。髪と頭皮をよく観察しながら梳いてください。

シラミは水に対して運動能力がほとんどありませんので、洗面器の水は速やかに排水孔に流して下さい。

③ シャンプー・ドライヤー

普段使っているシャンプーで洗い流し、すすぎも丁寧にしましょう。

そしてドライヤーで乾かして終了です。

掻きすぎて肌が荒れてる時は、皮膚に優しい低刺激性シャンプーが良いでしょう。

④ 再チェック

その後、卵の残り具合を点検しましょう。

以上の方法を毎日寝る前に行います。うまくいけば、数日で終わります。途中で卵が増えていたり、1週間以上続けているのに終わらない場合は、新たな感染が考えられます。枕、タオル、帽子などの共用や兄弟間等で感染が行ったり来たりしていないか注意してください。駆除が終わってもしばらくは親が洗髪してあげましょう。頭髮の観察は引き続き行ってください。**風邪に注意**：冬などの入浴時に、裸で長時間処置を行うと親子共風邪をひいてしまいます。入浴せずに肩まで入る洗髪用エプロンを使って頭髮だけ処置する方法がよいでしょう。

スミスリン剤による駆除方法

日本では現在、人体に直接使用が認められている害虫駆除用薬は唯一シラミ用のものだけです。この薬剤は、低毒性のフェノトリンを0.4%含有したシャンプー及び粉剤「スミスリンシャンプー」「スミスリンパウダー」で、アタマジラミ用として普通の薬局で市販されています。

(ドラッグストアでは置いてない所もあります)

ただ、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。

スミスリンシャンプー

髪の毛の生え際、耳の後ろ側、襟元まで薬が十分に行き渡るようにシャンプーします。シャンプー量は短い髪10ml～長い髪20mlが目安です。シャンプー後5分間は洗い流さないでください。

卵は薬に強いので駆除できません。また、抜け殻もとらないと駆除が終了したかどうかわかりにくいので、「専用梳き櫛による駆除方法」を参考に、梳き櫛で物理的にとりましょう。

スミスリンパウダー

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下さい。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下さい。

駆除が終わっても暫くは卵が増えていないか頭髪を観察して下さい。

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下さい。

※薬剤処理の際には、口や目に入らないように注意して下さい。
※スミスリン剤は用法用量を守りましょう。使い過ぎると皮膚炎を起こします。

※使ったブラシなどに卵が付着していることがあるので、60度を保ったお湯で5分間以上浸けるか熱風のドライヤーをかけます。やけどに注意しましょう。お湯による方法は、袋にクシやブラシを入れておき、子どものいないときに処置するのがよいでしょう。

頭髪以外の対策

頭髪のアタマジラミ駆除以外に、子ども本人への再感染防止と家族間等への感染予防のため、クシ、ブラシ、帽子、タオル、ヘアーカーゴム、スカーフ、マフラー、枕カバー、シーツなどの処置が必要です。

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下さい。

- 子どものマクラ、シーツ類はアイロンをかける。
- クシやブラシ、帽子、マフラー類などは共用しない。
- クシやブラシなどは、熱風のドライヤーで処理するか、60度を保ったお湯に5分以上浸ける。
- 室内に殺虫剤やくん煙剤等を使用する必要はなし。部屋は、まめに掃除機をかける。

差別やイジメをさせない

アタマジラミ症の子どもと遊ばせてよいか？

基本的には遊ばせてかまいません。ただし、子どもとスキンシップを兼ね、頭髪をまめに観察し、洗髪を十分に行ってください。

園や学校等で発生がある場合は、日頃から帽子やクシ等の共用・貸し借りをしないよう子どもに話してください。

犯人捜しはできない

アタマジラミ症の子は全員が誰かにうつされたのですから、原因の子を特定することはできません。清潔・不衛生に関係なく誰もが知らずに寄生される可能性があります。

「あの子からうつされたかも」「あの子の家庭はだらしなくて不衛生なのかも」などは間違った知識によるものですから、差別やいじめにつながらないよう、正しい知識の普及や認識による対応をお願いします。

アタマジラミをもっと知る

アタマジラミの寄生による症状

蚊、ノミ、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、産卵を繰り返して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。

このため、子どもが盛んに頭を掻きだす頃には、卵がたくさん付いていることがあります。ただし、痒みの程度には個人差があります。

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ることもあります。アタマジラミが寄生した幼少児では、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。

アタマジラミの生態

アタマジラミの成虫や幼虫は、頭髮の間を泳ぐように動き、最も速い場合は1分間に40cm弱と速い。幼虫、成虫とも吸血します。

卵は髪の毛に産み付けます、まとめて産むのではなく、1日に約5～6個ずつ生み続けます。頭皮から卵の付着部まで距離を測り、その長さを髪の毛の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。

アタマジラミは人以外の動物に寄生することは無く自らは人

体から離れることもなく、卵から成虫まで人の頭髮の中で過ごします。

そして、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。

アタマジラミは知らないうちに頭髮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。

- 髪を手でさわってもうつりません。
- 床に落ちたアタマジラミが足からはい上がって髪に寄生することはありません。
- アタマジラミは飛んだり・跳ねたりしません。

アタマジラミの寄生や、
卵と疑わしきものがついていましたら、
まずは、保健所や皮膚科に相談して下さい。

参考文献

復活してきたアタマジラミ
正しい知識で子どもと対応しましょうアタマジラミ
アタマジラミを駆除するには

新宿区新宿保健所ホームページ
豊島区池袋保健所ホームページ
文京区文京保健所ホームページ

発行 2008. 3
東京都理容環境衛生組合

Smile & Safety



安心と安全を考える理容組合加盟店