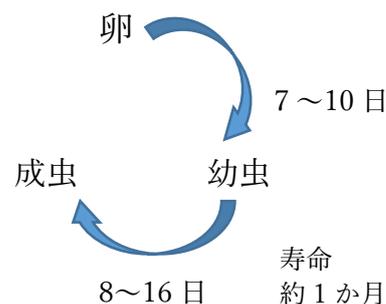


Q. 毎日髪の毛を洗っていますが、しきりに頭をかいています。よく見ると、髪の毛には小さく白いものがくっついており、指でしごいても取れません。どうしたらよいでしょうか。(5歳)

髪の毛に付いた白いものが、ヘアキャスト（皮膚の角質の欠片、フケなど）であれば、指でしごと、するっと取れます。するっと取れない場合は、アタマジラミやその卵であることが考えられます。迷うような場合は、皮膚科などに相談しましょう。

アタマジラミとは

体長2～4mmで灰白色～褐色の昆虫です。
ヒトの頭に寄生して吸血し、成長、産卵、繁殖します。
ヒトがかゆみを感じるのは、主に吸血されている時です。
普段は、髪の毛の根元付近でしがみついております、産卵もそこで行います。
産み付けられた卵は、約0.3～0.5mmの大きさに灰白色をしています。
7～10日で幼虫となり、さらに8～16日かけて成虫へと成長します。
成虫となったアタマジラミは、ヒトの頭髪から離れると7時間～3日程で死んでしまいます。



もし、見つけたら以下の方法で駆除をしましょう

初期には、洗髪をこまめに行うことで駆除可能です。洗髪時に薬局などで売っているフェノトリン^{※1}入りシャンプーやパウダーで洗髪をする方法もあります。

この場合は取り扱い説明書をよく読んで使用してください。

なお、薬が効きにくいアタマジラミが発生しているとの報告もあります。

※1：フェノトリンとは、シラミ駆除医薬品。ヒトへの毒性は比較的低い。

これを使用してもアタマジラミが減らなかったり、かゆみや違和感が出始めたら使用をやめて、皮膚科などに相談しましょう。



目の細かいすきグシや専用のすきグシで毎日髪をとかし、卵をとりのぞきます



アタマジラミの広がりを抑えるため、以下の方法も同時に行いましょう。

- ・頭に触れた布製品類（帽子、タオル、枕カバー、シーツ等）は、洗濯してアイロン掛けすると効果的です。洗えない場合は、衣類乾燥機などを使用して熱処理をします
- ・頭から離れたアタマジラミを除去するために、部屋は掃除機で掃除しましょう
- ・頭に触れるもの（帽子、タオル、寝具、くしなど）の共用は避けましょう

・洗髪後は、ドライヤーで乾かしましょう

アタマジラミは、不潔にしているからかかるものではありません。頭がかゆいことで、お子さんが好きなことに集中できなくなったり、眠れなくなったり、他の皮膚の病気につながるなど、健康面で好ましくない影響を及ぼすこともあります。

アタマジラミを見つけたら、早めの駆除を心掛けましょう。お子さんが不安を感じないように、対応について説明することも大切です。