



春の風が心地よく、爽やかな気分になれる5月、しかし、体や心に疲れが出て、けがをしたり、体調を崩したりしやすい時期でもあります。規則正しい生活をして、元気いっぱいにご過ごせるようにしましょう。 今月は、虫刺され、植物かぶれについてお知らせします。

## 虫刺され・植物かぶれ

虫刺されも、植物かぶれも、まず**かか**ないことが大切です。

かいてしまうと傷から菌が入り悪化することや、とびひになることもあります。かき続けることで治りも悪くなってしまいますので、十分気をつけましょう



### 植物かぶれ



植物の中には発疹や水ほうなどを起こすものもあります。症状が出た場合、患部を触って広がらないように衣服を着替えたり、患部を流水で流し、かゆみ止めなどを塗りましょう。水ほうは清潔なガーゼで覆いましょう。患部が広がったりかゆみが治まらない場合は受診しましょう

### 蚊

子どもの場合、蚊に刺される免疫が少ないため、水ぶくれができることもあります。刺されたら患部を洗い、30分以内に炎症を取る薬を塗ると、症状が軽くて済みます。

### 毛虫

毛虫の毛が皮膚に刺さって炎症を起こした場合は、患部にセロハンテープなどを貼ってはがすと毛が取れるため軽く済むことがあります。また直接接触なくても毛が皮膚に触るだけで強い皮膚炎を起こすこともあります。

### ダニ

市販の虫刺され用の薬で効果があります。人によってはアレルギーなどで、全身に発疹が広がったり、ぜんそくや皮膚炎を引き起こす場合もあるので、その場合は受診しましょう。

### ムカデ・ハチ

刺されるとすぐに強い痛みが出ます。腫れが強い場合は受診しましょう。以前にも同じ虫に刺されたことがあり、気分が悪い、息苦しい場合にはアナフィラキシーショックの可能性があるので、早急を受診しましょう。

