

どんなことで感染するの？

- 帽子、ヘアカラーゴム、スカーフ、マフラー、クシ、ブラシ、衣類等を共用する、貸借りすること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。
- 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。

- 洗髪が不十分で増やしてしまうことも——低学年の子どもでは、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。

※高学年以上の児童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。きちんと洗髪し、ブラッシングやドライヤーを使用することでシラミを減らすことが出来ます。

差別やイジメをさせない！

犯人捜しはできない

「あの子からうつされたかも」

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。

「あの子の家庭はだらしなくて不衛生なのかも」

というの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、正しい知識に基づいた対応をしましょう。

スミスリン剤による駆除方法

「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。ネットでは楽天市場やAmazonなどで販売されています。

これは、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。説明書をよく読んでお使い下さい。

アタマジラミ症の子どもと遊ばせて大丈夫？

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。

子供たちをアタマジラミ(の差別やイジメ)から守ろう！

●シラミは不潔の代名詞のように言われていますが、子供たちを中心に発生しているアタマジラミはごく普通の清潔な生活をしていても発生します。

●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気をつけていきたいものです。

●夏のプールの頃に見つかることが多いですが、アタマジラミは1年を通して発生しています。

●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髪の中で過ごします。病気の媒介はしません。

●頭髪の間では動きは速いですが、それ以外の場所では飛び跳ねたりすることもなく、床や水の中では運動能力があまりありません。

●なので、頭と頭の接触や、髪に触れるタオルや衣類などを介して移行していきます。

アタマジラミの見つけ方

痒がる

●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付かにくく、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も困難です。

卵を探す

●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。

●卵は一見フケの様に見えますが、0.5mm×0.3mmの楕円形で頭髪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いて、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、引っ掛かる感じがあります。

アタマジラミ専用梳き櫛による駆除方法

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薦めします。専用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 クシ」など。楽天市場や Amazon など2,500円前後で購入出来ます。毎日寝る前に行い、数日は続けて下さい。

用意するもの

アタマジラミ専用梳き櫛
普通のブラシ・クシ
普段使っているリンス・シャンプー・ドライヤー
使い古した歯ブラシ・ヘアクリップ
ぬるま湯を張った洗面器・タオル
※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。

ステップ1 作業前の準備

- シャンプーします。泡を髪の毛のすみずみまで行き届けさせ、地肌も指の腹を使ってこすり洗って下さい。(爪は立てないように。すでに掻き崩している時は慎重に!)
- 軽くタオルドライしたあと部屋に戻り(寒い時期はちゃんと服を着て)、子供の首回りにタオルか、ケープを巻いて、駆除中にアタマジラミが落ちた時に散らからないようにします。

ステップ2 駆除前のブラッシング

- 専用梳き櫛は目がかかなり細かいので、髪が絡まっていると引っかかりやすく、子どもが嫌がります。
 - そこで最初に、髪の絡まりを無くしておく、作業の効率が上がります。
 - 濡れた髪に、リンスを少しずつ付けながら、普通のブラシ・クシで丁寧に徹底してブラッシングします。
 - 髪の長い女の子や髪の細い子は、最初に
- 粗めのブラシでもつれを解いてから細かめのブラシを使うといいでしょう。
- 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。
 - なめらかに梳けるようになったら、髪の多い子や長い子は、頭全体を4つぐらいにゴムやヘアクリップでブロック分けして、ブロックごとに進めるようにすると作業が確実になります。

頭髮以外の対策

- 頭髮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、ヘアゴム、スカーフ、マフラー、枕カバー、シーツなどの髪に触れる物の処置が必要です。
- 上記の物はしばらく共用しないように。
- 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。
- 消毒したい枕カバー、クシ等を温水に入れた状態で水温60℃、5分間を維持します。
- 洗濯物はアイロンをかけたり、布団乾燥機なども有効です。
- 洗えない物はポリ袋に密閉して2~3週間放置するとシラミをすべて餓死させられます。
- 室内に殺虫剤やくん煙剤を使用する必要はないので、まめに掃除機をかけてください。

ステップ3 専用梳き櫛の使い方

- 専用梳き櫛は、クシの裏表を意識するようにし、交互にひっくり返さないようクシ面を統一しましょう。
- ヘアクリップなどを利用し、髪を小分けにしながら、専用クシで根本から梳きとります。襟足から上に向かってと、後頭部→側頭部→頭頂部へと、作業の方向を決めて、漏れの無いように進めると良いでしょう。
- 髪の小分けは、横幅はクシの幅、厚みは1、5cmぐらいのパネル状に毛束を取ります。そして、専用梳き櫛の歯を、頭皮に触るように髪の根本にしっかり入れて、毛先まで滑らせていきます。
- 髪一束を梳いたら、すぐに次の毛束に移るのではなく、専用梳き櫛を洗面器で濯ぎます。歯をよく見て、シラミやタマゴが付いていたら、歯ブラシでこすって洗面内に落として下さ

い。そうして、次の毛束に再付着させないようにします。

- 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。
- これを繰り返して進めてきます。慣れないと時間がかかるかも知れませんが、お子さんと楽しくおしゃべりでもしながら、まんべんなく行って下さい。



ステップ4 シャンプー・ドライヤー・再チェック

- 梳き終わったら、普段使っているシャンプーで良く洗い流し、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。
- その後、タマゴの残り具合を点検します。
- 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。(数日は続けて下さい)
- 途中で卵が増えていたり、1週間以上続けて終わらない場合は、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、頭髪の観察を引き続き行ってください。

ステップ5 後片付け

- 洗面器のぬるま湯は速やかに排水溝へ流して下さい。シラミは水に対して運動能力がほとんどないので、一緒に流れていきます。
- タオルやケープはビニール袋に入れておいて、他のモノと一緒にしないで洗濯します。
- 使用した普通のブラシ・クシ、専用梳き櫛はしっかりと洗浄し、水分を充分拭き取って熱風のドライヤーで良く乾かしてから保管して下さい。