保健だより　6月

令和３年６月４日
甲奴中保健室
Ｎｏ．５



最近になって，ヘビやムカデなどが見られ始めました。もし見かけたら，そしてかまれたら…慌てて叫んでしまいそうですが，まずは落ち着くことが第一。そのために，かまれたときの症状や対処法について知っておきましょう。

毒ヘビ（マムシ，ヤマカガシなど）

マムシ



＜特徴＞
・頭は三角で，体に円型の模様がある。
・胴が太く，尾は短い。

＜かまれたときの症状＞

・かまれた直後から数分後に，激しい痛みが現れる。
・次第に腫れてくる。
・全身症状（皮下出血，吐き気，しびれなど）が現れることもある。



ヤマカガシ



＜特徴＞
・四角い黒斑があり体の前方は赤みがかっている。
・首すじは黄色い。奥歯に強い毒がある。

＜かまれたときの症状＞

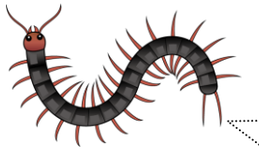
・すぐに症状は出ないが，20 分から数時間後に，かまれた所の出血や頭痛がある。
・腫れや痛みは軽い。
・全身症状（出血，血尿，腎臓の機能障害など）が現れることもある。

＜毒ヘビにかまれたときの対処法＞

１．安静にする。（走ったり，激しく動いたりすると毒が体に回りやすくなるため。）
２．傷口を洗い，心臓より低い位置に下げておく。(毒が早く体に回るのを遅らせるため)。
３．毒を吸い出す器具があれば使う。
４．できるだけ早く病院受診する。



ムカデ



５～８月頃の産卵期に活動が活発になると言われています。湿った場所，暗い所，エサのある所が大好きです。

＜かまれたときの症状＞

・かまれた部分に痛み，発赤，腫れ，かゆみなどが生じます。
・全身にアレルギー反応(呼吸困難，血圧低下，腹痛や嘔吐，蕁麻疹など)を起こす場合もある。

＜かまれたときの対処法＞



・傷口を水で洗い流す。
・ステロイド軟膏をかまれた所を中心に広めに塗る。
・腫れが引かない場合や，アレルギー反応の症状が出た場合は早めに病院受診する。

ムカデにかまれたときの処置として，「冷やす」「温める」の両方のやり方があります。冷やす方法と，温める（43～45℃）方法で，同じ鎮痛効果が得られたという報告がありますが，温める方法は，温度管理をきちんとしないとやけどの危険があるため注意が必要です。

ヘビにかまれても　やってはいけない・・・！！

- **しばらない**
  しばる強さや時間によって，しばった部分の組織が損傷する危険性が高くなります。
- **冷やさない**
  冷やしても，ヘビの毒には効果がないそうです。
- **口で毒を吸い出さない**
  かまれた箇所に口をつけて毒を吸い出すのは危険です。
  誤って毒を飲み込んだり，口の中に残ってしまったりすることがあります。



かまれる前に・・・気をつけること

○　草むらや山に入るときは，長ズボン，長靴を着用するなどして，肌が隠れる服装にしよう。
○　ヘビは毒ヘビか毒なしか見分けるのは難しいので，見かけた場合は，近寄らない，触らないようにしよう。

（参考資料：島根県自然環境課ホームページ，三次市学校保健会養護部会研修資料）