



9月 巡回診療 日程表

(この用紙は資源保護のため再生紙を使用しています)

毎月1回は保険証の提出をお願いします

会場	診療日	診療受付時間	担当医
見立	19(水)	午後 2:00~2:30	小嶋 智子 医師
虫崎		午後 3:00~3:30	
北小浦	5(水)・26(水)	午後 2:00~2:30	
黒姫		午後 3:00~3:30	

会場	診療日	診療受付時間	担当医
鷺崎	10(月)	午後 2:00~3:00	高宮 治生 医師
願	13(木)	午後 2:10~2:40	
藻浦		午後 3:10~3:40	
北鶴島	6(木)・27(木)	午後 2:15~2:45	
真更川		午後 3:00~3:30	
江積	24(月)	午後 2:30~3:00	



保健師×モ知っておきたい! 蜂から身を守る方法

この時期、野山に出かける機会が多くなります。そのため「蜂刺され」には、特に注意が必要です。中でも、攻撃性の強いスズメバチの被害は重篤です。今回は「蜂から身を守る方法」について、お知らせします。

蜂刺されの症状は、局所のはれからアナフィラキシーショックまで多彩です。蜂に刺されても「強い痛み・かゆみ・はれ」といった局所症状があらわれるのみで、通常3日間ほどで消失します。しかし、蜂毒アレルギーの人では「嘔吐・寒気・全身じんま疹・血圧低下・呼吸困難・意識障害」などのショック症状(アナフィラキシーショック)があらわれ、死に至ることもあります。アナフィラキシーは、通常刺傷後、約15分以内で現れます。

※アナフィラキシーショックでは、救急車を呼んで対応してください。特に農林業は、蜂刺されの危険性が高く、山中からの受診も困難な場合を考え、自分で対処できるアドレナリン携帯自己注射キット(エピペン)を携帯しておきましょう。一度かかりつけの医師に相談し「蜂毒の抗体」をもっているか調べてもらったほうが良いでしょう。



蜂に襲われないために

屋外での作業や山歩きをする際には、長袖・長ズボン・手袋などを着用し、肌の露出を避けるようにしましょう。蜂は、黒い色や甘い臭いに誘われる性質があります。香水や黒い色の衣服は避ける方が無難です。



蜂に攻撃された場合には

蜂が威嚇音を発しながら近づいてきたら、目を閉じ、顔を下向き加減にして、じっとしている(手を振り払うと蜂を刺激)ようにしましょう。しかし、攻撃を受けると攻撃に加わる蜂が増えるため、急いでその場から離れてください。その際に、殺虫剤を使用しても良いでしょう。



蜂にさされた場合は

アナフィラキシーショックは、時間を過ぎてから起きる事はありません。あわてて受診したり、救急車を呼ぶ必要はありません。

蜂刺されのあと、針が残っていれば抜いてください。毒は水に溶けやすいため、蜂に刺されたら、まず傷口を流水でよく洗い流し、傷口から毒を絞りだします。口で吸った場合は、必ず吐き出すようにします。患部の腫れは、冷やしたり虫刺されの薬を塗布します。以前は、アンモニア水が良いという考えもありましたが、アンモニアが皮膚から吸収される事はなく、毒を中和するというような効果もありません。