



虫刺され対策

蚊の生態

蚊の幼虫（ボウフラ）は水中に住み 10 日から 2 週間で羽化します。そして成虫（蚊）になり 1 か月生きます。蚊のエネルギー源は糖分で花の蜜などを吸って生きていますが、メスの蚊は産卵のため効率よく栄養を摂るために吸血します。蚊の活動期間は 4 月～10 月、気温が 30℃ を超えると活動力は下がります。



夜、耳障りなブーンという音を立て飛んでいるのはオス！オスは吸血しませんが嫌な音を出し睡眠を妨げるので…嫌い！



蚊の能力

蚊は、人が出す炭酸ガス（二酸化炭素）や皮膚のにおい、温度を感知することで吸血源を探しあてる天才です。吸血する時、自らの唾液を一緒に注入します。人はその物質（蚊の唾液）にアレルギー反応を起こし、痒みや刺口が腫れてしまうのです。

刺されやすい人…

- ☆ 血液型でいうと O 型、B 型、AB 型、A 型の順
- ☆ 体温が高い子どもや妊婦
- ☆ 蚊は暗い色を好むので暗い服を着た人
- ☆ 蚊は人がストレスを感じた時にでる物質を嫌うため、ストレスがなく代謝がいい人
- ☆ 炭酸ガス（二酸化炭素）や乳酸（汗など）を出す状況*運動後、飲酒後、入浴後など

蚊は皮脂（特に足）のにおいが大好き！

蚊の唾液には人の皮膚感覚を麻痺させる効果があります。だから刺されても気付かないんですね～

病原体や病原虫を持った蚊に吸血されると人のカラダに侵入し発症することがあります。
*日本脳炎、デング熱、ジカウイルス感染症など



ボウフラにとってメダカや金魚は天敵！理由は食べられてしまうから…

蚊を発生させないための対策

- ★ 水たまりを無くし蚊の産卵場所を作らない
- ★ おとりの水溜まりを作り、週 1 回以上水を交換しボウフラを羽化させない
- ★ 蚊はにおいの強いものを嫌がるのでアロマ、植物、酢などを置く
- ★ 蚊の嫌がる音（6000～9000Hz、16000～18000Hz）を置く



蚊は汗が大——好き！汗には水分と程よい温度に乳酸が混ざっているから…

ボウフラは銅イオンにより死滅してしまうので、水たまりに銅線や 10 円玉を置く。



刺されないための対策

- ◎ 蚊を防ぐ薬剤を使う
- ◎ 肌を隠すような服、明るい色の服を着る
- ◎ 蚊は酸性の血液を好むので肉類、糖質、脂質に偏る食事は避ける
- ◎ 窓に網戸を付ける
- ◎ 汗をかいたら、こまめに拭く
- ◎ 足を洗う など



痒み対策

- 刺口を水で洗い、市販の痒み止めを塗る
 - △ 蚊の唾液は空気に触れると痒みを増すので、刺口に 30 分ほど絆創膏やテープを貼る
 - 人間の感覚は痒みより、冷たい、熱い、痛い…を先に感知するため、刺された部位を冷やす
- 他には①バナナの皮で刺口をこすると痒みを緩和し保湿できる②塩を揉み込むことで刺口の弱酸性を中和し痒みと腫れを抑える③紅茶などティーパックを刺口に当てるとタンニンで痒みと腫れを抑える④柑橘系の皮や果汁に痒みを取る作用や抗菌効果がある…などの意見があります。本当かなあ？試してね。

