



蜂に刺されたときはどうする？ ～慌てないためのポイント～

こんにちは。診療所の川原です。暖かくなると畑仕事や散歩のときに蜂を見かけることが増えます。また旅行やキャンプなど自然と触れ合う機会が増えることにより、毎年蜂に刺されたという相談も多くなります。いざというときに慌てないように、簡単な対応と注意点をお伝えします。

【応急処置】刺された時はまずこれ！

- ① **静かにその場から離れる**：手で払ったり走ったりすると蜂が興奮します。
頭を守りながら、姿勢を低くして静かに後ずさりして逃げましょう。
- ② **針が残っていないか見る**：針があればカードなどで横に払うようにして取ります。
毒が押し出されるので、指でつまんで抜くのはやめましょう！
- ③ **毒を絞り出しながら、水でよく洗う**：蜂毒は水に溶ける性質があります。
流水で洗い、刺口をつまんで毒を絞り出しましょう。
※ 口で毒を吸い出すのは絶対にやめましょう！
- ④ **冷やす**：保冷剤や濡れタオルを使用します。
冷やすだけでも痛みや腫れを軽減することができます！

【受診の目安】病院へ行った方がいい症状

- ・腫れがどんどん広がる
- ・痛みが強い、数日たってもよくなる
- ・顔や首を刺された
- ・何か所も刺された



【緊急事態】すぐに119番（救急車）が必要な症状

蜂に刺されると「アナフィラキシー」という強いアレルギー反応が出ることがあります。

刺されてから数分～数十分以内に以下の症状が出た場合は危険です。

- ・息が苦しい、のどがしめつけられる
- ・全身に蕁麻疹（じんましん）が出る
- ・めまい、気が遠くなる
- ・吐き気やお腹の痛み

※特に、以前に蜂に刺されたことがある方は注意が必要です。

★蜂に刺されないために★

- ・黒い服は避け、**白っぽい帽子をかぶって頭を守る**
- ・強い香り（香水や柔軟剤など）は避ける
- ・肌の露出を減らす
- ・蜂の巣には近づかない

気をつけていても刺されてしまうこともあると思います。その時は上記の対処をし、気になる症状がある場合は無理をせず早めにご相談してくださいね。



中札内村立診療所
公式LINE