



保健だより



2025
秋号

文教大学 湘南保健センター 医務室

自然豊かな湘南キャンパスでは敷地内で様々な動物や昆虫が生息しています。

今回の保健だよりでは7月～9月が活動のピークと言われる蜂に刺された場合の対処法についてご説明します。

蜂に刺されたらどうすればいいの？



次のような手順で処置をし、安静にします。20分ほど様子を見て、異常がないようなら、ひとまずは安心です。様子がおかしいと思ったら、ただちに医療機関を受診するようにしましょう。

- ① その場から身を低くして離れる
- ② 傷口を強くしぼりながら水で良く洗う。ハチの針が残っている場合は、そっと抜く。



- ③ 抗ヒスタミン軟膏などを塗り、冷やす。

蜂毒は水に溶けるので洗い流すのが有効です。

また、冷やすことで毒の巡りを遅くする効果も期待できます。

- ④ 息苦しさや口の乾き、冷や汗、めまい、血圧低下、しびれ、嘔吐、じんましんなどのショック症状が現れた場合は、一刻も早く救急病院で医師の診察を受ける。

以下の場合は念のために医療機関に行くことをおすすめします。

重症化する恐れのあるケース



- ・ 寒気や倦怠感などの全身症状が表れた
- ・ 目を刺されたり、毒液をかけられたりした
- ・ 蜂に何度も刺された
- ・ 過去に蜂に刺されことがある

受診する際は**皮膚科・内科・アレルギー科**を選んでください。

ただし、症状によっては自力で医療機関に行くことが難しいかもしれません。可能であれば助けを呼んだり、誰かと一緒に行動したりするように対処しましょう。

特に全身症状が出た場合は迷わず**救急車**を呼んでください。

参考：日本医師会HP
大阪府医師会HP

