



感染症とたたかう

第18号

2017年
5月発行

発行：国立大学法人 長崎大学 監修：長崎大学病院 感染制御教育センター長・教授 泉川 公一
お問い合わせ：長崎大学熱帯医学研究所 〒852-8523 長崎市坂本1丁目12-4 TEL：095-819-7800（代表） FAX：095-819-7805

● 私たちの暮らしと感染症 ●

ウイルスによる 3大夏風邪の季節、 手洗いをしっかり、 脱水に注意を



ヘルパンギーナ、手足口病、 プール熱は子どもに多い夏風邪

ヘルパンギーナ、手足口病、プール熱は、毎年6月～8月を中心に、主に子どもの患者が増えるウイルス感染症で、3大夏風邪とも呼ばれます。ヘルパンギーナはエンテロウイルスの一種であるコクサッキーウイルスA群の感染によります。手足口病の原因はヘルパンギーナに似ていて、コクサッキーウイルスA6、A16、エンテロウイルス71などです。プール熱は正式の病名を咽頭結膜炎といい、アデノウイルスが原因です。

ヘルパンギーナは、ウイルスが口や鼻から体に入り、2～4日の潜伏期間を経て突然発熱し、38℃以上の高い熱が出て、2～4日間続きます。この間に、のどが痛み、口の中に小さな水泡ができます。この水泡が破れるとただれたりします。

手足口病は、ウイルスに感染してから3～5日

後に、手のひらや足の甲、足の裏、口の中などに2～3mmの水疱のような発疹が出ます。3人に1人が発熱しますが、高熱が続くことはあまりなく、ここがヘルパンギーナとは違います。症状は数日で治まります。

プール熱は、プールの水を介してアデノウイルスに感染することが多いため、こう呼ばれています。ウイルスに感染してから5～7日と少し長い潜伏期間ののちに、40℃近い高熱が3～7日続きます。続いてのどが痛くなり、口の中は真っ赤になります。目も真っ赤に充血し、痛みやかゆみがあり、目やにが出てきます。

ほとんどは軽い症状で治療は不要 水分補給とのおどごしのよい食事を

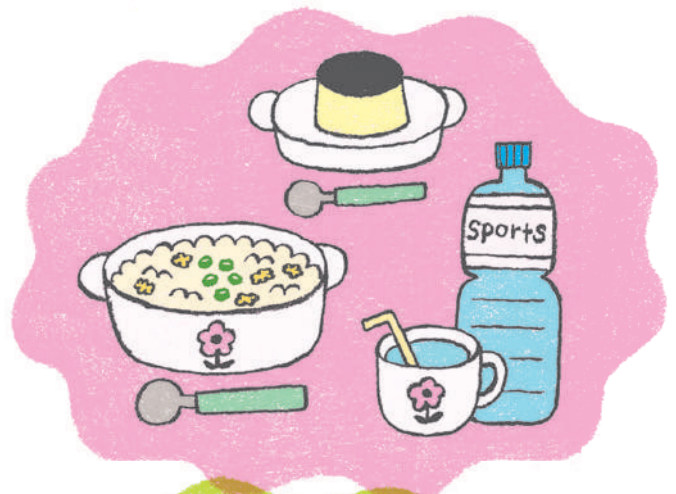
いずれの夏風邪も、特効薬もワクチンもありません。痛みを和らげたり、熱を下げたりする対症療法が中心で、あとは安静にして治るのを待ちま

しょう。ほとんどの場合、数日で症状は治まります。

ただ、口の中がただれていたり、のどが痛かったりすると、食べ物を飲み込むのがつらくて、食欲が落ちてしまいます。のどごしのよいプリンやゼリー、アイスクリーム、おかゆ、豆腐など、子どもが好きで食べやすいものを、少しずつ食べさせましょう。

また、水を飲むときも痛むので、水分が不足しがちになります。発熱していることもあり、脱水症状には気を付けましょう。子ども用イオン飲料や経口補水液などで水分を補給することが大切です。ただし、子どもが好きだからといってジュースを飲ませると、ジュースの酸味で口の中の痛みが増すことがあります。熱い飲み物も口の中を刺激するので避けましょう。

手足口病ではまれに、髄膜炎や脳炎のような中枢神経系の症状へ進むことがあります。元気がない、吐く、頭が痛む、視線が合わない、水分が取れずにおしっこが出ないなどの症状がある場合は、すぐに医療機関を受診しましょう。



タオルの共用やくしゃみで感染します 予防の基本は手洗いとうがいです

3大夏風邪はいずれもウイルスの感染症です。ウイルスが口や鼻、目から体に入らないようにすることが感染を防ぐために大切です。感染経路は、くしゃみなどによる飛沫感染、感染した人との接触による感染、プール熱ではプールの水からの感染もあります。

まず、予防の基本は手洗いとうがいです。家族が感染しているときは、トイレのあとは必ず石けんを使って十分に汚れを落とします。手を洗っても、拭くタオルから感染することがあるので、タ

オルは共用せず一人ひとり専用のタオルを使います。赤ちゃんが感染しているときは、おむつ交換の際にはマスクをかけ、交換したあとはしっかり手を洗います。また、咳やくしゃみが出ているときは、マスクをかけて周囲への感染を防ぐようにしましょう。

夏風邪は子どもに多い病気ですが、大人がかかると症状が重くなることがあります。ヘルパンギーナでは39℃を超える高熱になることがあり、強い倦怠感や関節の痛みなども伴います。数日間は仕事を休むなど周囲への感染を防ぐ配慮も必要です。

次号(2017年6月号)では「とびひ(伝染性膿痂疹)」を取り上げます。