



子どもたちにとっては楽しい夏休み。そんな夏休みを元気に過ごすために注意して欲しい、夏に流行する子供の感染症についてお伝えします。

## 《手足口病》

その名の通り、口・手・足に水疱状の湿疹ができるウイルス感染症の病気です。原因になるウイルスはいくつかの型があるので、何度もかかってしまうことも珍しくありません。湿疹は痛みやかゆみはありませんが、口の中の水疱が破れると痛みがあり、食欲が低下する事があります。脱水にならないように、のど越しの良い物を工夫して食べさせてあげてください。水疱は通常は3~7日程度で消失してきます。かさぶたになる事はありません。ただし、水疱から直接、感染する事があるので触らないようにして下さい。病気の始まり頃に微熱を伴うことがありますが、1~2日でだいたい下がります。基本的に予後は良好な病気です。

## 《ヘルパンギーナ》

代表的な症状は、**38度~40度**近い高熱が数日間続く・口の中に口内炎や複数の水疱ができる・のどやその奥の方に炎症が起こることです。高熱や口の中の痛みに伴う脱水を防止するために、イオン飲料や湯さましなど刺激の弱い水分補給を心がけて下さい。発熱に関しては、**2~3日**程度で徐々に下がりますが、長期間にわたって下がらない場合は診察を受けて下さい。大人が症状を発症する多くは子供からの2次感染で、免疫力が低下しているいわゆる体調不良の時に感染を起こしやすくなります。**39度**を超える高熱などやや重い症状が続く事もあります。



## 《咽頭結膜熱》

昔はプールの水を介して感染することもあったことから「プール熱」とも呼ばれている「アデノウイルス」というウイルスによる感染症です。急な発熱で発症し、のどの痛みが現れます。また、結膜炎に伴って、充血や目の痛み、かゆみ、目やになどの症状があります。他にも腹痛や下痢を伴うこともあります。このウイルスは感染力が非常に強いので、2次感染を防止するために、できるだけ密接な接触は避け、こまめに手洗いうがいを行いましょう。また、タオルなどの共有も避けて下さい。また、主な症状がなくなっても、2日間を経過するまでは保育園や学校はお休みになります。基本的には予後の良い病気ですが、まれに肺炎など重症化することがあり注意が必要です。



## 《溶連菌感染症》

溶血性レンサ球菌という細菌によっておこる感染症です。発熱やのどの痛み嘔吐から始まり、風邪と症状が似ています。その後、かゆみを伴う赤く細かい湿疹が体や手足に現れたり、舌に莓のようなフツフツが出たります。熱が下がると手足の皮がむけることもあります。溶連菌を完全に退治し、重大な合併症を起こさないためには、症状がなくなっても**10日~2週間**ほど抗生物質を飲み続けることが必要です。腎障害の合併症を起こす場合があるため、4週間後に尿検査を行う必要があります。この検査を行うことで、溶連菌が完治できたかどうかわかります。受診日とその翌日は登校・登園はできません。抗生物質を飲んでから**24時間**経つと、感染力はほとんどなくなります。

楽しい夏休みを過ごすために、外から帰ったらうがいと手洗いをしましょう。

