

# いそファミ通信

8月号



暑中お見舞いもうしあげます。

今月は、毎年夏に流行する感染症についてです。

## ★手足口病★

手足口病は、その名が示すとおり、口腔粘膜および手や足などに現れる水疱性の発疹を主症状とした急性ウイルス感染症で、幼児を中心に夏季に流行が見られ、基本的に予後は良好な疾患です。

### 感染経路

飛沫感染・糞口感染・水疱内容からの直接感染があります。

患者ののどや鼻の分泌物あるいは便の中のウイルスが、手などによって口や鼻の中に運ばれて、感染します。

のどや鼻の分泌物の中のウイルスによる感染は、症状が出てから2、3日までが起こりやすく、便からのウイルスは約2～4週間排出され感染源となります。ウイルスに感染してから症状が出るまでの期間（潜伏期）は通常3日から5日です。

### 症状

口腔粘膜、手掌、足底や足背などの四肢末端に2～3mmの水疱性発疹が出現します。口腔粘膜では小潰瘍を形成することもあります。水疱は痂皮を形成せずに治癒していきます。

発熱は、しばしば初期症状としてみられますが軽度であり、38℃以下のことがほとんどです。通常は3～7日の経過で消退していきます。

### 予防

◇患者も、その周囲の人たちも、手をよく洗うことです。患者の便には1か月ほど病原体のウイルスが出ている可能性があるため、特に患児のおしめを替えた後などは、よく手を洗いましょう。

◇患者は、トイレの後に、周囲の人たちは、食事や鼻をほじる前に、特に注意して手を洗いましょう。おしりをふいたときなどにウイルスが付着する可能性があるため、患者のタオルは別にしましょう。

## ★ヘルパンギーナ★

ヘルパンギーナは毎年5月頃から増加し始め、例年西から東へと推移し、流行規模はほぼ毎年同様の傾向にあります。

好発年齢は4歳以下がほとんどであり、その中でも1歳児がもっとも多く見られます。

### 感染経路

咳、くしゃみなどによる飛沫感染。鼻汁、糞便等の排泄物による接触感染があります。

### 症状

2～4日の潜伏期間を経過し、突然の発熱（38～40℃）に続いて咽頭粘膜の発赤が著明となり、口腔内に直径1～2ミリ（大きいものは5ミリほど）の小水疱が出現します。小水疱はやがて破れ浅い潰瘍を形成し、疼痛を伴います。2～4日間程度で解熱し、それにやや遅れて粘膜疹も消失します。発熱時に熱性けいれんを伴うことがあること、口腔内の疼痛のため不機嫌、拒食、哺乳障害、それによる脱水症状を呈することがありますが、そのほとんどが予後良好です。

### 予防

鼻汁、糞便等の排泄物による接触感染、もしくは咳等による飛沫感染により他人に移るので、人との接触を少なくする、手洗いなど日常的に清潔を保つことが重要となります。

手足口病もヘルパンギーナも自然治癒するウイルス疾患なので、通常は対症療法のみとなります。口の中が痛くなることが多いので、食欲不振による脱水に対し、家では以下のことに気をつけてください。

- ・脱水症状を起こさないように、イオン飲料などで水分補給をしましょう。赤ちゃんの場合、哺乳瓶を嫌がるようであればスプーンやストローを使うなど、少しずつでも水分を与える工夫が必要です。
- ・柑橘系の果物やジュースなど、すっぱいものや、熱いもの、味の濃いものは、口の中の痛みを増すので、喉ごしのよい物を与えて下さい。

いそむらファミリークリニック