

## 10 夏風邪が流行っています

### 手足口病・ヘルパンギーナ・アデノウイルス



どちらもウイルス（コクサッキーやエコーウイルスなど10種類くらいあるので何回でもかかります）が原因で、初夏から秋にかけて、ピークは7月。

主に乳幼児の間で流行ります。潜伏期間は2～4日で、大人にもうつります。

手足口病は、字のごとく、掌や足の裏、肘や膝、お尻に小さな水疱や丘疹と口の中やのどに水疱ができます。

発熱は1日目に1/3～1/2くらいのお子さんに38度くらい出て、発疹ができます。

発疹自体は痒みや痛みはあまりなく、一週間くらいで消えます。（大人の発疹は痛いことがあります）

ヘルパンギーナは、39度～40度の高熱が数日間とのどに小さな水疱がいくつもできるのが特徴です。

どちらも、のどが痛くて、唾を飲み込みにくく、赤ちゃんはよだれが増えたりします。

柑橘類やしよっぱいものはしみるので、ミルクやゼリー、イオン水やアイスクリーム、さめたおかゆなどを与えて、脱水をいかに防ぐかがポイントです。

そして、熱が下がって元気なら、発疹があっても、登園登校は大丈夫です。

どちらも、唾液や便から2～4週間くらい、ウイルスが排出されるので、厳密に隔離しても、流行を阻止する意味があまりなく、本人の状態を重視して、周りの大人が手洗いをきちんとしましょう。

アデノウイルス感染症、咽頭結膜熱（いわゆるプール熱ですが、プールを介してうつるわけではありません）も流行っています。

アデノウイルスは、手足口病、ヘルパンギーナに比べて、高熱期間が長く、平均4～5日、長いと9日間くらい続くために、ご家族が心配されます。

のどの痛み、嘔吐や下痢などの胃腸症状や咳き込みが続き、つらいです。

のどの検査や便の検査で、外来で容易に確定診断がつきます。

ウイルス感染のため抗生物質は効かず、インフルエンザのように特效薬がないため、

対症療法でのりきってもらいます。お母さんお父さんが最強の治療者ですので、よろしく願いいたします。アデノウイルス感染症は、インフルエンザ同様、主要症状が消失して2日間までは、登園登校が禁止になります。夏に最も流行りますが、冬でもみられます。

手足口病、ヘルパンギーナ、アデノウイルス感染症、いずれも、脱水や、まれに髄膜炎や心筋炎を合併することがあり、入院が必要になることがあります。

嘔吐が続いたり、ぐったりするようなら、早めに受診しましょう。