



子供の夏風邪について



今年はヘルパンギーナが流行しています。ヘルパンギーナの他に咽頭結膜熱（プール熱）と手足口病が代表的な子供の夏風邪に挙げられます。今回はこれら3つの疾患について簡単に解説します。



ヘルパンギーナ

38℃以上の突然の発熱の後、喉の奥に水ぶくれができ、水ぶくれが破れて痛みも伴います。その後2～4日で解熱し、7日程度で治ります。1～4歳くらいまでの幼児がかかりやすいです。

咽頭結膜熱（プール熱）

プールでの感染があることから「プール熱」とも呼ばれます。

39～40℃の高熱、喉の痛み、目の症状（充血、目の痛み、目やになど）などの症状が出ます。その他リンパ節が腫れることがありますが、症状は7日程度で治まります。5歳以下の乳幼児がかかりやすく、プール熱患者全体の約6割を占めています。

手足口病

手のひらや足の裏、お尻などに米粒大の水ぶくれを含む発疹、口の中に口内炎ができます。他に38℃以下の発熱や食欲不振、喉の痛みなどが見られます。

一般的に軽症で、3～7日で治まります。

4歳くらいまでの幼児がかかりやすく、特に2歳以下が多いですが、小学生でも流行することがあります。

治療法は？

これら3つの疾患はウイルス感染症ですが、現時点（2023年7月）では、これらの特効薬（抗ウイルス薬）は開発されておらず、解熱剤などの対症療法が中心になります。

喉の痛みや口内炎ができたことによって食欲がなくなってしまった場合は、食べられるものを少しずつ食べるようにしましょう。ただし熱いものや酸味の強いもの、辛い物は避けましょう。また、脱水しないようにこまめに水分、塩分を摂るようにしましょう。

予防法は？

基本的なことですが、手洗い、うがいをしっかりしましょう。乳幼児の世話をする方は特に石鹸で手をよく洗いましょう。また、タオルは家族で共用しないようにしましょう。ヘルパンギーナや手足口病では、ウイルスが1か月程度糞便中に排泄されますので、おむつ交換後も石鹸で手洗いをしましょう。



【参考】

- ・大阪市HP
<https://www.city.osaka.lg.jp/kenko/page/0000005620.html>
- ・国立感染症研究所HP
<https://www.niid.go.jp/niid/ja/kansenohanashi/515-herpangina.html>
<https://www.niid.go.jp/niid/ja/kansenohanashi/323-pcf-intro.html>
<https://www.niid.go.jp/niid/ja/kansenohanashi/441-hfmd.html>