

夏に流行する子どもの病気



■初夏から秋口に多い病気

夏に子どもがよくかかる「夏風邪」と呼ばれるものには、手足口病、ヘルパンギーナ、咽頭結膜熱（プール熱）、流行性角結膜炎の主に4つがあります。いずれも初夏から秋口にかけて流行することが多い、ウイルス性の病気です。夏風邪は熱が2～3日続き、口内炎ができたり、のどに症状が出たりします。冬の風邪と違って鼻水、咳の症状はあまり出ません。

病名	潜伏期	かかりやすい年齢	症状
手足口病	3～6日	1～5歳	<ul style="list-style-type: none">・38～39℃の発熱・手のひら、足、口の粘膜などに5～7mmの小さな水疱
ヘルパンギーナ	2～4日	1～4歳	<ul style="list-style-type: none">・発熱・上あごの奥に周囲が赤くなった1～数mmの小さな水疱
咽頭結膜熱 (プール熱)	5～7日	3～6歳	<ul style="list-style-type: none">・発熱・咽頭熱・扁桃腺の腫れ・目やに
流行性角結膜炎	5日～2週間	1～5歳 ※成人も含め、幅広い年齢で発症します	<ul style="list-style-type: none">・結膜のむくみ、充血・まぶたのむくみ・さらさらとした目やに・涙

■主に夏だけ発症する手足口病とヘルパンギーナ

いずれも発熱と口の粘膜にできた水疱、のどの痛みがみられます。手足口病ではさらに手や足、おしりなどにも水疱ができます。感染者の唾液、痰、鼻水から直接、あるいは触れた手からウイルスが周囲の人や口、のどの粘膜に運ばれることによって感染していきます。便の中にもウイルスが存在するので、おむつを替えるときなどに、手に付着して感染が拡大することもあります。

■さまざまな症状が現れる咽頭結膜熱と流行性角結膜炎

感染力は強く、保育園・幼稚園の中で次々とうつることがあります。1年を通して感染する病気ですが、夏に患者が増加します。ウイルスのタイプによって、発熱、咽頭炎、胃腸炎、結膜炎、発疹など、さまざまな症状を引き起こし、同じタイプであっても、患者によって咽頭炎が強く出たり、結膜炎が強く出たりすることがあります。

■家庭で気をつけるポイント

★ポイント1 「突然の発症も時間とともに回復」

症状はさまざまですが、かかりつけ医を受診し、休養と栄養、水分をとっていれば自然と回復していきます。



★ポイント2 「感染を広げない予防対策を徹底」

飛沫感染、接触感染を防ぐためには、うがいと手洗いが基本です。

水泳の前後には必ずシャワー、洗眼を。タオルの共有は避けましょう。



★ポイント3 「病気が回復しても油断は禁物」

症状は数日～1週間で自然治癒しますが、ウイルスはしばらく便などの排泄物に残っているため、要注意です。

お問い合わせ先：津山市健康増進課

TEL 0868-32-2069