

あいにくだより



夏に流行する **手足口病** とは？

手足口病は夏季に流行し、7月にピークを迎えるウイルス性の感染症です。原因ウイルスは「エンテロウイルス」と「コクサッキーウイルス」で、複数の種類があるので何度もかかる可能性もあります。患者のほとんどは小児で、5歳未満の小児が80%を占めますが、まれに大人にも感染します。今月号では、手足口病についてお知らせします。



どんな症状？

潜伏期間は、3～6日です。

口の中の粘膜や手のひら、足の裏、足の甲などに水疱性の発疹が現れて、1～3日間発熱することがあります。水疱は、かさぶたにならずに治る場合が多く、1週間程度でなくなります。また、1～2ヶ月後に手足の爪がはがれることがあります。大事にはいたらずすぐに新しい爪が生えてきます。

口の中にできた水疱がつぶれた後にできる口内炎がひどく、食事や飲み物を受け付けなくなることから、「脱水症状」を起こすこともあります。

また、原因ウイルスの「エンテロウイルス」は無菌性髄膜炎の90%を占めるため、まれに脳炎を伴って重症化することもあるので注意が必要です。

かかってしまった時の対処法は？



手足口病に対する特效薬はありませんが、口内炎に対して鎮痛薬で痛みを和らげたり、粘膜保護剤の軟膏などが処方されることがあります。

のどに痛みがあるので、オレンジジュースなどのような刺激のあるものは避け、のどごしの良い少し冷たい飲み物がおすすめです。(麦茶や牛乳、冷めたスープなど)

食べ物は、刺激が少なくかまずに飲み込める物にしましょう。(ゼリーやプリン、冷めたおじや、豆腐など)

約5日程度で治ります。

感染予防の方法は？



手足口病は、くしゃみなどの際に出る飛沫によって感染する「飛沫感染」と、唾液や鼻水がついたおもちゃの貸し借りなど、手が触れることで感染する「接触感染」が主な感染経路です。また、回復後も口から1～2週間、便から2～4週間にわたってウイルスが排泄されるので、おむつなどの交換後に汚染された手指を介して感染が広がるため、感染対策が必要です。

8月のわくわくサークル「うどん打ち」

日時：令和6年8月28日（水）

10：00～13：00

場所：西庄公民館2階 調理室・和室



SAKAIDE_AIKUKAI

愛育会のInstagram