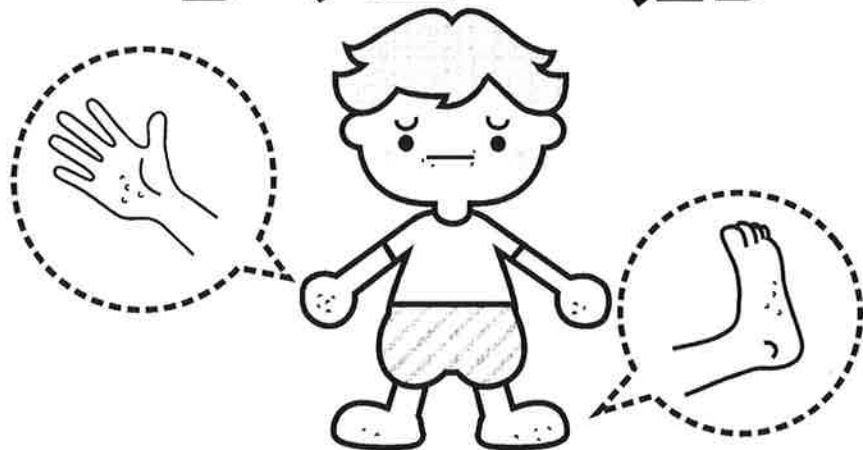


## キッズシリーズ④

# 手足口病



げんき君 ホームページ

健康に関する情報がいっぱい

<http://www.genki1616.co.jp>

かちどき薬品グループ

## 発疹の出る夏かぜのひとつ

手・足・口・お尻などに小さな発疹ができます。主に夏場を中心に乳幼児や10歳以下の小児がかかる病気ですが、秋や冬にも発生することがあります。ときには、大人がかかることもあります。

### <原因>

夏かぜの一種で、ウイルス感染で起こり、原因となるウイルスはいくつかあります。その代表的なものがコクサッキーウイルスA16およびA10、エンテロウイルス71と呼ばれるものです。これらのウイルスは口腔や腸内で繁殖するため、ウイルス感染した人のせきやくしゃみでウイルスが飛び散り感染したり、ウンチにいるウイルスによる感染もあります。手足口病のウイルスは、本来、胃腸かぜのウイルスの一種ですので、多少下痢っぽくなる可能性はありますが、ひどい下痢になることはありません。



<潜伏期間> 3～7日ぐらいです。

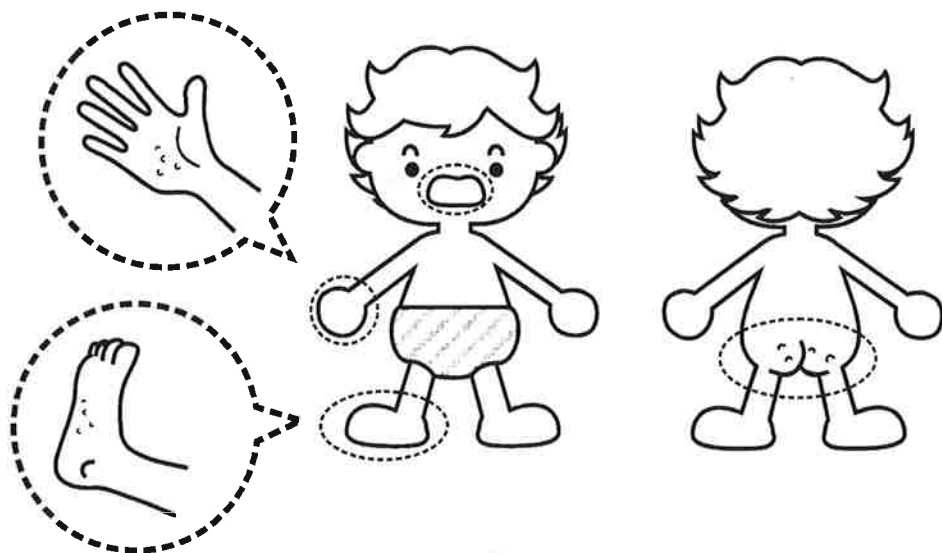
## 〈症状〉

熱が出る子どもは全体の30%程度です。出ても37～38度前後で、1～3日ぐらいで下がります。通常は高熱が続くことはありません。

手のひら、手足の指、足の裏やお尻に小さな水疱や赤くふくれたポツポツが出てきます。手足の水疱発疹はほとんど破れることはなく、痛みもほとんどありません。7～8日で吸収されて跡もなく、きれいに消えます。口の中の粘膜にも水疱ができます。

## 〈主に発疹のできる部分〉

口の中、手のひら、足の裏を中心にできます。足の甲やお尻にできることもあります。



- 2 -

## 治療と家庭でのケア

### 伝染するので必ず受診しましょう!!

ウイルスによる病気ですが、症状は軽く、特別に治療する必要はありません。しかし、伝染する病気なので、診察は必ず受けましょう。経過もよく、すぐに回復しますから心配はありません。

#### …発疹…

大部分は発疹のみの軽い疾患で、特別な治療は必要としません。まれに発疹に痒みや痛みを伴う場合は、これらの症状に対して抗ヒスタミン剤の塗布を行ったり、発疹がつぶれて細菌感染が起こった場合には、抗生物質の軟膏を使うことがあります。

#### …口内疹…

痛みに伴う軽度の食欲低下程度ですむことが大半ですが、口内痛が強いと経口摂取が不可能になり、それにより脱水症になる場合があるので注意が必要です。薬による治療よりも水分を少量ずつ何度かに分けて与えるほうが重要です。

- 3 -

## …発熱…

熱が出る子どもは全体の30%程度で、発症初期(1～3日)に38度前後の熱が出る場合があります。

通常は解熱剤等を服用することはなく、経過観察で十分です。

高熱、あるいは持続する発熱は注意が必要です。



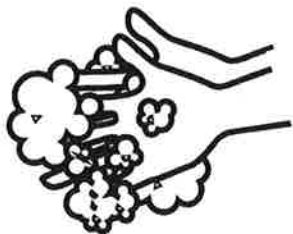
## <予防>

予防接種はありません。

手洗いはエンテロウイルス全体の感染予防とウンチに対する注意の一つとして必要なことです。

手足口病は一度かかれば免疫ができますが、原因となるウイルスは複数あるので、別のウイルスが原因で再びかかる場合があります。

ただし、同じ種類によるものには二度とかからない可能性が高いと言われています。



## <家庭で気をつけること>

○食べ物…熱い物、酸味の物、しょうゆ味の物は避けやわらかく薄味の物で、おかゆなどの水分の多いものを何回にも分けて食べさせるといいでしょう。

### ～のどごしのよいメニュー～



お肉をめいたシチュー



○水分…特に濃厚な物でなければ問題ありませんが、薄いお茶・スポーツ飲料・牛乳などが適切です。



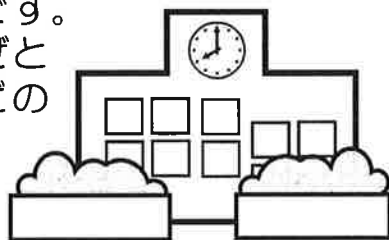
○手洗い…主な感染経路は、かぜと同じように鼻汁・唾液などからの感染です。発疹に触ったせいで感染する可能性もありますが、頻度は高くありません。ウンチの中のウイルスからも感染しますので、手をよく洗うことが大切です。



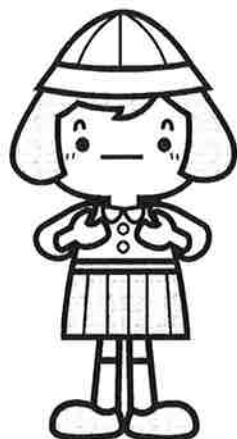
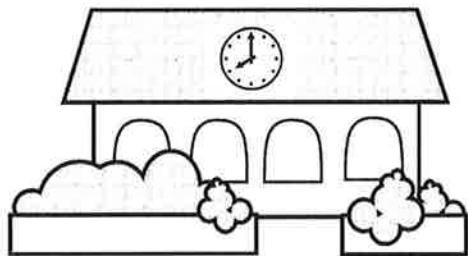
## 〈保育所・幼稚園・学校〉

**他への感染のみを理由にして  
登校・登園を停止する必要はありません。**

ウイルス感染ですので、他の子にうつる可能性はあります。また、一度かかると鼻汁からは2週間、ウンチからは4～5週間もの間ずっとウイルスを排出し続けますが、通常は鼻かぜ程度の軽い病気です。熱が出た場合は、一般的なかぜと同じように、外出を控えるなどの対処をする必要がありますが、発疹があること以外に何も症状がなければ、幼稚園や学校を休む必要はないとされています。



詳しくはかかりつけの医師や、幼稚園・学校と相談することをおすすめします。



## 手足口病の注意点



**頭痛・吐き気・けいれん・高熱  
などには注意しましょう。**

ウイルスそのものを退治する有効な薬はないため、発熱・頭痛・発疹・水疱への対処療法が中心になります。ほとんどの場合は7～10日程度で自然に治り合併症もほとんどありません。下痢を伴う場合は、整腸剤などの服薬を行うこともあります。基本的には食事指導を行えば十分で、自然に回復します。ただし、ごくまれに髄膜炎や心筋炎を起こすこともあるので、高熱や頭痛が続いたり、けいれん、嘔吐を繰り返すなどの場合は、できるだけ早くかかりつけの医師に相談してください。

**水疱はつぶれると感染を起こしてしまうので、  
水疱がなくなるまでは、学校での鉄棒や登り棒  
はやめましょう。  
プールも、発疹がふやけてつぶれたりすると  
細菌感染が起こるのでやめておくとよいでしょう。**