

気をつけたい子どもの病気～手足口病～

寒い冬はインフルエンザなどの流行のシーズンですが、暑い夏にも流行する病気があります。今月は昨年6月～8月に過去20年間で最も流行した、手足口病についてお知らせします。これからの季節に注意していきましょう。

手足口病とは？

口の中や手足などに水泡（水ぶくれ）の発疹が出る、ウイルスの感染でおこる感染症です。子どもを中心に夏に流行します。発症者の90%前後が5歳以下の乳幼児ですが、まれに大人も感染します。

原因は、主にコクサッキーウイルスA6というウイルスです。A16、エンテロウイルス71（E71）の他、コクサッキーウイルスA10などのウイルスが原因となることもあります。ウイルスの種類が複数あるため、何度かかる可能性があります。

感染経路

飛沫感染（くしゃみ・せき）と、接触感染（ウイルスがついた場所を触り、鼻や目をこする）が知られています。便の中に排泄されたウイルスが口に入り、感染することもあります。

手足口病にかかりやすい年齢の子どもが集団生活をしている保育園や幼稚園などは注意が必要です。子どもたち同士の生活距離が近く、濃厚な接触が生じやすい環境であったり、衛生観念がまだ発達していないことから、施設内で手足口病が発生した場合に、集団感染が起こりやすいといわれています。

症状

感染してから3～5日後に、口の中、手のひら、足の裏や甲などに2～3mmの水疱（水ぶくれ）の発疹が出ます。発熱は約3分の1の人にみられますが、それほど高くない高熱が続くことは通常ありません。ほとんどが、数日うちに治る病気です。

まれにですが、髄膜炎、小脳失調症、脳炎などの中樞神経系の合併症や、心筋炎、神経原性肺水腫、急性弛緩性麻痺などの症状が出ることもあります。子どもの経過を注意深く観察し、合併症に注意する必要があります。

予防法

手足口病には、有効なワクチンがなく、発病を予防できる薬もありません。治った後でも比較的長い期間、便などからウイルスが排泄されることがあります。おむつを交換する際には、適切に処理を行い、処理した後は手洗いをしっかりと行うことが大切です。手ふくタオルは共用しないようにしましょう。

治療

手足口病には特効薬がなく、特別な治療法もありません。軽い症

状で済むことが多い病気ですので、経過観察を含め、症状に応じた治療となります。

まれに髄膜炎や脳炎などの合併症が起こる場合がありますので、経過観察をしっかりと行い、次のような症状が見られる場合はすぐに医療機関を受診しましょう。

▼高熱が出る▼発熱が2日以上続く▼嘔吐する▼頭を痛がる▼視線が合わない▼呼びかけに答えられない▼呼吸が早くて息苦しそう▼水分が取れず尿がでない▼ぐったりしている

口内炎があるときの食事

手足口病では、口内の発疹は痛みを伴い、食欲不振の原因となります。子どもは水分や食事が摂れないと脱水になりやすいので防ぐためには工夫が必要です。塩分や醤油、ケチャップ、オレンドジューなどは塩味や酸味を含み、口内炎の痛みを増強します。プリンや牛乳といった刺激が少なく、のどごしの良いものが痛みがでにくいようです。症状のピークは2～3日前後ですので、無理なく飲食できるものを少しずつ口にしましょう。食べられるようになったら元の食事に戻していきましょう。

手足口病は、軽い症状で治ることが多く、特別な病気ではありません。

5月1日 こども健診センターが開所

泗水支所西側の1階・2階に、こども健診センターが開所しました。調乳室や授乳室を1階と2階に完備。オムツ交換台は男女それぞれのトイレに設置しています。泗水公民館で開設していた、つどいの広場「あいあい」も施設内に移転しました。

- 1階 乳幼児健診や育児教室などの会場
- 2階 相談室（月～金）午前9時～午後4時
健診等の時間を除く。保健師などが在籍し相談窓口を設置します。



乳幼児健診は全て、こども健診センターで行います。

せん。これまでほとんどの人が幼少期にかかって免疫をつけてきた病気です。

かかってしまったら、十分な休養と食べられる食事・水分を摂り、子どもの状態に急激な変化がないか観察するようにしましょう。

【参考資料】

- ・厚生労働省「手足口病に関するQ&A」
- ・国立感染症研究所「手足口病とは」