

手足口病の理解

智頭病院小児科 大谷記 2011/6/29 改

= 症状 =

- 夏風邪の一種です。軽いかぜ症状と共に、口内炎や水疱性発疹が出ます。
- 発熱は出ない場合や微熱のことが多いです。時には 39℃台の高熱を呈する場合があります。
- 手のひら（・足のうら）に米粒大の赤みがあり、よく見ると水疱があると分かる程度から、明らかに盛り上がりがあることもあります。
- 発疹の程度・広がりは多様で、膝や下腿、腹部など、各所にも広がることもあります。
- 口内炎の程度は多様です。乳幼児ではよだれが多くなることで程度・部位が予測されます。
- 下痢を伴う方もおられます。（多汗期には、脱水傾向で、便が固くなることもあります。）
- 小学高学年～大人は、通常、免疫（抵抗力）を有しており、病状は目立ちません。

= 原因 =

- エンテロウイルス群に属するウイルスの感染症です。
- 流行するウイルスの型により、合併症が問題になる場合や、何回も発症する場合があります。
- 同じウイルスに感染しても、発疹が出ない場合を含め、病状・程度は、個人差が大きいです。

= 対処法 =

- こまめに飲水することで、脱水症に陥らないようにすると共に、口内を清潔に保ちます。
- 飲み易い飲料を与えます。ご飯や各種麺類も採ります。動物性蛋白、脂肪は控えます。
 - ・冷たくしたスープなど、糖質や電解質のあるものもご配慮ください。
 - ・和風なら、すまし汁、味噌汁、うどんのスープなど
 - ・洋風なら、コーン・ポテト・かぼちゃスープ類など
 - ・スポーツドリンク類を含めることOKです。
- 固形物や甘みのある飲料を与えた後は、水道水を含んで“グジュグジュ・ごっくん”し、口内を清潔に保ちます。夏季は氷を口に入れるのもOKです。溶ける間に口の中が洗われます。
- 手・つばでの接触・飛まつ感染によります。流行期には、症状のある・なしにかかわらず、水道水での手洗い、うがいをこまめにするのが大切です。タオルなどの共用は避けます。
- 手足口病など、夏かぜのウイルス、つまり、エンテロウイルス群は、急性期症状が治った後も、2週間程度は、便などに混じってウイルスが排泄されます。便の取り扱いに留意願います。

= 登園・登校は？ =

- 学校伝染病で、登園・登校が禁じられている感染症ではありません。
- 発熱がないこと・食欲など、ご本人の体調次第でお決めください。