



～ほけんだより～

手足口病が流行しています

No.102
R6年 5月
封戸保育園

手足口病とは、乳幼児の間で流行するウィルス性の夏かぜの一種です。夏かぜといっても最近では季節を問わずみられることもあります。特に今年は全国的に大流行しており、大分県でも5月に入ってから警報発令の基準を超える感染が報告され注意を呼び掛けています。

★症状★

- ・ 3～5日間の潜伏期間の後、**口の中、手のひら、足の裏、ひじ、ひざ、おしりなどに小さな水ぶくれ**が現れます。水ぶくれは痛みやしびれなどの**不快感**をひきおこすので、眠りが浅くなったり、機嫌が悪くなることもあります。特に、口の中の水ぶくれは破れると潰瘍を形成することが多く、痛みのために、**十分な飲食ができなくなる**こともあります。
- ・ 発症者の**3割に38℃**くらいの発熱、**1割に38℃以上**の発熱がみられます。
- ・ まれに髄膜炎や脳炎などの重篤な合併症を引き起こすことがあります。
- ・ 症状が軽快して**1か月以内に手足の爪が剥がれ落ちることがあります**。

★感染経路★

飛沫感染・・・咳やくしゃみのしぶき（飛沫）を吸い込むことによって感染します。

接触感染・・・症状が治まった後も**2～4週間は便からウィルスが出ます**。おむつ交換時やドアノブ、レバーなどに付着したウィルスに触れてしまうことによって感染します。また、水ぶくれの内部にもウィルスが含まれているので、水ぶくれが破れることによってそこから感染が広がることも少なくありません。

※アルコール消毒は効きにくいので、排便後やオムツの処理をした後、食事の前には石けんと流水で十分に手を洗いましょう。

★経過と治療★

- ・ 症状は3～5日で治まります。
- ・ ウィルス性のかぜのため抗生物質は無効で、自宅療養での自然治癒を待ちますが、発熱や嘔吐がある場合は症状を緩和する薬を医師に処方してもらいましょう。

★脱水に気を付けて★

口の中の水ぼうの痛みや発熱から食欲がなくなることがあり、この場合は脱水を起こしやすい状態となります。冷たいスープなど刺激の少ない物やのどごしが良いものを食べさせたり、できるだけ水分をとるようにしましょう。また、必ずしも固形物に頼る必要はなく、消化が良く、本人が欲しいもの、食べられるものを与えるようにしましょう。



★登園のめやす★

- ・ 手足のブツブツにかかわらず、**熱が下がって普段通りの食事がいつもの半分以上の量を食べることが**できること。
- ・ **機嫌よく、集団生活を過ごせること**。