

ヘルパンギーナ

が流行しています。

(水疱性咽頭炎)

のどの奥に水疱ができ、いたがいます。

毎年6～8月に流行する「夏かぜ」の代表的な病気です。エンテロウイルスやコクサッキーウイルスが口などから飛沫（ひまつ）又は接触感染して2～4日程度の潜伏期間の後に、38℃～40℃位の高熱が2～3日間続き、のどの奥の粘膜が赤くなり、小さな白い水疱（すいほう）ができます。痛がって食欲がすすみません。又、おうと、頭痛、腹痛などの症状があります。特に赤ちゃんは口の中の痛みのため不機嫌、拒食、ミルクを飲まなかったりしますので、脱水症に気をつけましょう。熱が下がったら2～3日以内に回復します。この病気は通常、高熱と喉の痛み以外は症状が軽く、あまり心配することはありませんが、熱性けいれんに気をつけ、まれに無菌性髄膜炎や急性心筋炎を合併することがありますので早めに受診してください。



食事はのどごしのいい、口あたりのよいものを！

のどの水疱がひどくなると、よだれを飲み込むのさえ痛がります。食事は柔らかく、のどごしの良いものにしましょう。おかゆやうどん、豆腐、アイスクリーム、ゼリーなどが良いでしょう。又、水分を十分にとるようにしてください。

予防法

- ① 飛沫感染、接触感染しますので、「手洗い」、「うがい」は必ずしましょう。
- ② ウィルスは人間の腸で増え、大便に出ますので、オムツ、下着、ふとん、床、椅子、おもちゃ等が汚染されます。オムツがえには使い捨て手袋などを使用し、洗濯物は日光にあてて乾燥させるようにしましょう。
- ③ なおった後も3～4週間は便にウイルスが排泄されるため、手洗いは徹底しましょう。



治療法

特別な治療法はなく、発熱や頭痛に対する対症療法が中心となります。

