

今回は、

「手足口病」

のお話です。



皆さまこんにちは！

今回は「**手足口病**」についてお伝えします。

「手足口病」は夏の 3 大風邪(『手足口病』・『ヘルパンギーナ』・『プール熱』)の 1 つと言われています。

手足口病は、5 歳以下の子どもがかかりやすい「夏風邪」と言われていました。

しかしここ最近、「大人の手足口病」が増加している状況です。

今回は大人の手足口病について説明させていただきます。

原因:ウイルス(主に、コクサッキーウイルス A6、A16、エンテロウイルス 71(EV71)など)で

すが、流行する型が変わったり、複数の型が流行することもあります。

潜伏期間:2～5 日

症 状:一般的には高熱が継続して出ることはありません。

感染してから 3～5 日後に、口の中、手のひら、足底や足の甲等に 2～3mm の水疱を伴う複数の発疹が出ます。

発熱は、38 度以下のことが多く、ほとんどの発病者は、3～7 日のうちに治る病気です。

感染経路:主に、飛沫感染、接触感染、経口感染
感染の時期:7 月下旬に流行のピークを迎えます。

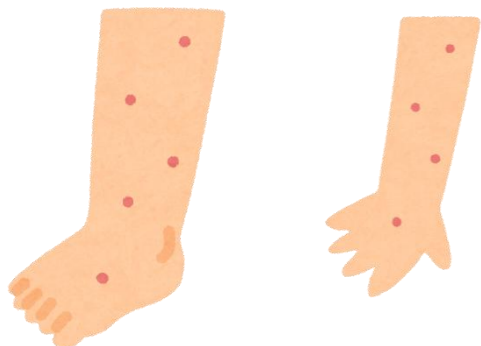
ここで、繰り返しになりますが、手足口病は「子どもだけがかかる病気」と思われがちですが、手足口病は、子どもだけの病気ではありません。大人も感染することがあります。

特に、お子さんが手足口病にかかったあと、看病していた保護者が数日遅れて発熱したり、のどの痛みや手足の発疹が出たりすることがあります。



下記のような症状が出る場合は要注意です！

- * 口の中の水疱や口内炎のような痛み
- * 手のひら、足の裏、足の甲などの発疹
- * のどの痛み
- * 発熱
- * 倦怠感、だるさ
- * 食事や水分がとりにくい



通常は自然に回復していきますが、
「水分が特にとりにくい」場合は脱水に繋がる
ことがあるため、**受診してください。**

大人が手足口病にかかると初期症状は下記の
ながれになります。

- ① 全身のだるさ
 - ② 発熱(38℃台)
 - ③ のどに強い痛み
 - ④ 口の奥や粘膜に小さい水疱が出来る
 - ⑤ 発熱より遅れて、手足に小さい水疱を伴う
発疹が出る
- *大人の場合は



「針で刺されたようなピリピリとした強
い痛み」や「痒み」を伴うことが多く、歩行や
スマートフォンの操作に支障が出ることもあり
ます。

手足口病について、予防は？というと、通常
の風邪と同じで「手洗い、うがい」が有効
となります。

症状を悪化させないために、日頃の生活習
慣や免疫に対する力も重要です。

次回は何でしょう？
お楽しみに！

