

ヘルパンギーナ

ヘルパンギーナは、突然の高熱（39度以上）と口の奥（のどちんこの辺り）に水ぶくれができるウイルス感染症です。例年、5月から増加し始め、7月に流行のピークがみられます。主に5歳以下の乳幼児、1歳代が最も多いです。原因となるウイルスが数種類あるため、何度もかかる可能性があります。

★症状★

- 潜伏期間は2～4日間程度です。
- 突然、39～40度の高熱が出ますが、2～4日で熱は下がります。
- 口の奥（のどちんこの辺り）に1～2mmの水ぶくれができます。水ぶくれは破れると、食べ物や水を飲み込んだときに痛むため、水分が取りにくくなり、脱水症状を起こすことがあります。水ぶくれは約1週間で自然と消えます。

（※上記は一般的な症状です。まれに重症化することがあります。）

★治療方法など★

- 有効な薬はなく、症状を和らげる治療（対症療法）となります。
- かかってしまったら、以下のことに気をつけましょう。
 - ・脱水症状を防ぐために、水分は、こまめに、少量ずつとりましょう。
 - ・食事は、刺激にならないよう、柔らかめで薄味の食べ物をとりましょう。

★感染経路と予防方法★

会話等で飛んだしぶきを吸い込んだり、便の中のウイルスが手を介して口に入ったりすることで感染します。したがって、予防方法としては以下の三つが有効とされています。

- 大人も子どもも流水と石けんでしっかりと手を洗いましょう。
- 症状が治まった後も長期間（2～4週間）、便の中にはウイルスが含まれています。排泄物を取り扱った後は、しっかりと手を洗いましょう。
- 症状がある人とは密接な接触を避け、タオル等の共用はやめましょう。

☆正しい手洗い方法の紹介☆ （京都市こどもの感染症 「手洗いの方法」）

<http://www.city.kyoto.lg.jp/hokenfukushi/cmsfiles/contents/0000197/197526/tearai.pdf>

気になる症状がある場合はすぐにかかりつけの医療機関を受診しましょう！



★お問合せ先★

○京都市保健福祉局衛生環境研究所 微生物部門
(TEL:075-606-2676 FAX:075-606-2671)

(平成28年4月編集)