

手足口病

手足口病は、手のひらや足の裏、口の中などに水ぶくれができるウイルス感染症です。例年、5月中旬から増加し始め、7～8月に流行のピークがみられます。主に5歳以下の乳幼児がかかり、このうち2歳以下が半数を占めています。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3～5日間程度です。
 - 手のひらや足の裏、口の中に2～3mmの水ぶくれができます。手足の水ぶくれに痛みやかゆみはなく、破れることはありません。口の中の水ぶくれは破れることがあり、食べ物や水を飲み込むと痛むため、水分が取りにくくなり、脱水症状を起こすおそれがあります。
 - 熱が出ることがありますが、37～38度と軽度です。
 - 水ぶくれは3～7日で自然と消えて、かさぶたになることはありません。
- (※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★

- 手足口病に有効な薬はなく、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。
 - ・手や足の水ぶくれは、つぶさないようにし、清潔に保ちましょう。



★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、水ぶくれの内容物や便の中のウイルスが手を介して口や眼などの粘膜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★

○保健福祉局 衛生環境研究所 管理課 疫学情報担当
(TEL:075-606-2674 FAX:075-606-2671)

(平成28年4月編集)