乳幼児に多い感染症 '手足口病' を知って予防しよう

乳幼児期にかかりやすい「手足口病」は、急性のウイルス感染症で、人との接触によって感染が広がるため、保育園などの集団生活の場では特に感染が拡大しやすいといえます。感染症である手足口病について正しく理解し、ご家庭でも予防対策を守って、お子さまたちの健康的な生活をサポートしてあげましょう。

手足口病とは?

コクサッキーウイルスやエンテロウイルスなどに感染することで、口の中に水ぶくれや清瘍、手足に水疱性の発疹が現れる急性ウイルス感染症である手足口病には、現在のところワクチンや治療薬が開発されていないため、感染を予防することが何よりも大切です。

手足口病はどうやって感染する?

- 感染した人の便や分泌物(唾液、痰、鼻水、水ぶくれの中の液など)との直接的な接触、またはそれらで汚染された物(タオル、おもちゃ、食器など)を通じて感染が広がります。
- 発症してから最初の1週間が最も感染力が強いですが、症状が治まった後も数週間にわたって感染させる可能性があります。

うちの子、手足口病かも?

- 最初は発熱(通常24~48時間続く)、食欲不振、喉の痛み、だるさなどの症状から始まります。
- 発熱から1~2日後に舌、歯ぐき、頬の内側、上あごなど口の中に痛みを伴う発疹が現れます。
  - 小さく赤い斑点から始まり、水ぶくれ(泡)ができ、しばしば潰瘍に進展します。
  - 舌や口腔粘膜、咽頭、口蓋、歯茎、唇などに水ぶくれができ、後に潰瘍に変わることがあります。
  - 主に手足、手首、足首、お尻、股間などに紅斑、丘疹、または水ぶくれ、膿疱が現れ、痛みを伴います。
- 最初の2~3日間は症状がひどくなり、熱が出て子どもがあまり食べられなくなりますが、3~4日後には回復し始め、通常7~10日以内に自然に治ります。
- 乳幼児の場合、口内炎の痛みのため唾液を飲み込めなくなり、脱水症状を示すことがあります。
- 手足口病にかかって回復しても、再感染する可能性があります。







手足口病の予防対策 – 個人の衛生管理が最良の予防方法



正しい手洗い習慣づけ

- 流水と石鹸で30秒以上かけて手を洗う
- 外出後、排便後、食事の前後、おむつ交換の前後など

清潔(消毒)な環境管理



- 子どものおもちゃ、遊具、備品などは清潔(消毒)に管理すること



咳エチケット

- 咳をする時は、ティッシュや袖の上側で口と鼻を覆う
- 咳をした後は必ず正しい手洗いを行う



他人との接触を最小限に

- 手足口病の患者との接触を避ける
- 手足口病が疑われる場合はすぐに医療機関を受診し、他人との接触を最小限にする
- 手足口病にかかった場合は、熱が下がり、口の水ぶくれがなくなるまで保育園には行かないようにすることを推奨

出典: 感染症ポータル、釜山広域市感染症管理支援団