

ヘルパンギーナ

夏かぜの一種です。原因となるウイルスは数種類あるので、何度もかかることがあります。

4歳以下の乳幼児に多く、飛沫感染の他に、患者の便からうつることがあります。潜伏期間は3～6日で、主な症状が治まれば登園できます。



主な症状と治療

突然の38～40℃の発熱にはじまり、のどの奥が赤く腫れて、小さな水疱がたくさんできます。水疱は破れると潰瘍になり、痛みを伴います。唾液を飲み込めなくてよだれがふえたりします。熱は、2日～4日で下がり、のどの痛みは1週間程度でおさまります。

特別な治療はありません。安静にして回復を待ちます。熱が続き、のどの痛みが強いので、水分がとれなくなりがちです。熱さましは痛みを和らげる効果もありますのでタイミングよく使って水分をこまめにとりましょう。

高熱が続く・嘔吐を繰り返す・口内の痛みが強くて水分がとれないときなどは受診しましょう。



家庭で気をつけること

- ・水分も飲みたがらず、食欲も落ちます
熱いもの、酸っぱいもの、味が濃いものは、のどにしみて痛いので人肌程度のあたたかさのおかゆやうどん、薄めのスープ、ゼリーなどを中心にするといいでしょう。
飲み物は冷やしすぎないように用意しましょう。
- ・治った後も、しばらくの間は便中にウイルスが排泄されますので、おむつ交換のあとは手をしっかり洗いましょう。