

大人も注意!

～子供の夏かぜ、正しい理解～

Q：夏かぜとはどんな病気ですか。

A：毎年夏場に流行しやすい、エンテロウイルスと言うウイルスに感染した際に起こる病気の総称です。エンテロウイルスは1種類だけではなく、90種類以上の血清型が知られています。毎年その中の数種類が流行します。



Q：夏かぜの症状を教えてください。

A：エンテロウイルスの種類により症状も様々です。多くみられる症状としては発熱や鼻水、咳、下痢があります。また口内炎が出来たり手足に水疱が出来たりすることもあります。特有の症状が揃った時、『手足口病』や『ヘルパンギーナ』と言った病名がつかますが、これらも夏かぜの一種です。

Q：夏かぜにかかった場合、治療はどうするのですか。

A：他の多くのウイルス疾患と同様に、特別な治療薬はありません。症状に応じた対応のみとなります。ほとんどの場合は軽症ですが、稀に心筋炎や脳炎といった重篤な状態になることがありますので、出来るだけかからないよう予防に努めることが大切です。

Q：予防はどうすれば良いですか。

A：残念ながら現在のところワクチンはありません。他の多くのウイルス疾患と同様に咳エチケット、手洗いの徹底が感染予防として大切です。エンテロウイルスは腸管内に多くいますので、特にトイレ後の手洗いやおむつの管理が重要です。また体調を整えておく為に、早寝・早起きを心がけることも大切です。

Q：大人が夏かぜにかかることはありますか。

A：大人の場合、過去にかかった種類のエンテロウイルスに対しては免疫を持っていますから、子供に比べればかかりにくいと言えます。でも、まだかかっていない種類が流行すれば大人でもかかってしまいます。大人も予防を心がけて下さい。

Q：夏かぜにかかったら、学校や幼稚園等はいつまで休まないといけませんか。

A：発熱がなく（解熱後1日以上経過し）、普段の食事ができれば登園・登校可能です。手足口病やヘルパンギーナと診断されていても同様です。実は症状回復後もウイルスは長期にわたり排泄が続きます（呼吸器から1～2週間、糞便から2～4週間）。よって流行の阻止を狙っての登園・登校停止は現実的ではないのです。子供も大人も普段から感染の予防に心がけることが大事なのです。



小児科部長
稲川 直浩 先生
が答えました



ひと言

大人でも寝不足は体に良く無いものですが、成長期の子どもたちにとって夜の睡眠時間の確保は特に重要です。早寝早起きに心がけて健康的な日常をお過ごし下さい。