



## ～夏風邪に気をつけましょう～

○夏風邪はどんな風邪？

夏風邪の多くはウイルス感染症で、免疫を持たない小児や乳幼児を中心に毎年夏季に流行します。

疾患名	手足口病	ヘルパンギーナ	咽頭結膜熱（プール熱）
主な原因ウイルス	エンテロウイルス 71 型 コクサッキーウイルス A6、 A16 型	コクサッキーウイルス A 群	アデノウイルス 3、4、7、11 型
感染経路	飛沫感染、接触感染、 糞口感染	飛沫感染、接触感染、 糞口感染	飛沫感染、接触感染
潜伏期間	3～5日	2～4日	5～7日
主な症状	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 口腔内、手足等に水疱性発疹</li> <li>・ 発熱はないか軽度</li> <li>・ 口腔内の発疹が潰瘍化した場合は痛みを伴う</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 突然の発熱（38℃以上）</li> <li>・ 口腔内に水疱性発疹・潰瘍</li> <li>・ 咽頭痛</li> <li>・ 食欲不振</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 発熱（39℃前後）</li> <li>・ 咽頭炎、咽頭痛</li> <li>・ 結膜炎</li> <li>・ 食欲不振</li> </ul>
経過	発熱は1～2日で解熱 水疱性発疹は3～7日で消退	発熱は2～4日で解熱 水疱性発疹は7日程度で消退	高熱が5日程度続く 他の症状は7日程度で消退

○夏風邪かなと思ったら

これらは、特別な治療法はなく、対症療法が中心となります。

発熱や咽頭痛にはアセトアミノフェンなどの解熱鎮痛剤、結膜炎には抗生物質やステロイドの点眼薬が用いられます。

また、食事や水分摂取ができない場合は、経口補液や輸液を用いることがあります。口腔内に生じた潰瘍や咽頭炎により痛みが生じている場合は、食事や水分が十分にとれず脱水症を起こすことがあるため、水分を少量ずつ頻回に与え、食事についても柔らかめで薄味の飲み込みやすい食べ物をとりましょう。夏風邪は数日で治癒する予後良好な疾患ですが、まれに髄膜炎や脳炎、心筋炎等の合併症を生じることがあります。そのため、十分に経過観察を行い、頭痛や嘔吐、発熱が続く場合は医療機関を受診しましょう。

○夏風邪予防のために

- ・ 手洗い、うがいを心がけ、特にトイレや洗面所のタオルの使いまわしはしない。
- ・ 免疫力を低下させない。炎天下での運動や外出、睡眠不足、不規則な食事などが免疫力を低下させます。また、エアコンによる冷えを防ぐことも予防につながります。
- ・ 夏風邪症状のある子供の食べ残しを食べない。咳やくしゃみが出ている場合はマスクをさせて感染を防ぐように心がけましょう。

参考文献：ENIF11vol.23、オムロンヘルスケア



お近くのあすなる薬局にご相談ください。

どこの病院・診療所の処方せんにも対応できます。（お薬によっては時間がかかることがあります）

薬・健康食品・サプリメント等についてのご相談を受け付けています。

(甲府)055-228-4024 (巨摩)055-283-3050 (石和)055-263-1568 (武川)0551-26-3800 (大月)0554-20-1301