

ドクターからの 健康アドバイス

- ※本ページの内容は当院の医療専門職が監修・執筆しています。
- ※内容は一般的な健康情報であり、診断・治療を目的としたものではありません。
- ※本ページには医師以外の医療専門職による記事も含まれます。

毎日続く厳しい暑さによって大人も子どもも体調を崩しやすくなり
ウイルスによる感染症が増えます。

今回は子どもの「**三大夏風邪**」についてお話します。
特徴や注意点をしっかりと理解し、感染症の予防に努めましょう。



小児科
しおみ まさし
塩見 正司 医師



子どもの三大夏風邪



✓ ヘルパンギーナ

発熱と喉が赤く腫れて上顎の奥（のどちんこ）の周辺に小さな水疱がたくさんできます。水疱は2~3日で潰れて黄色い潰瘍になります。お口の中が痛いので不機嫌になり食事やミルクを嫌がりそれに伴い脱水症を起こす可能性もあります。感染経路は飛沫感染、接触感染です。5歳以下の乳幼児を中心に流行します。

✓ 手足口病

お口の中の粘膜や手のひら、足の裏・甲などに水疱性発疹が出ます。この水疱はかさぶたにならずに治ることが多く1週間ほどでなくなります。感染経路は飛沫感染、接触感染、経口感染です。唾液や鼻水のついたおもちゃを触ったり舐めたりすることで感染するので、おもちゃの共有にも注意しましょう。

✓ 咽頭結膜熱

39℃前後の発熱、食欲不振、咽頭痛、結膜炎による目の充血があります。感染経路は飛沫感染、接触感染です。保育園や学校など小児を中心に流行します。塩素消毒が不十分なプールに入ることでも感染が起こるので、プールの前後にはシャワーと洗眼を忘れないようにしましょう。

夏風邪予防には

手洗い・うがいが大切です！



夏風邪は症状に応じた対処療法が中心になるので
しっかりと水分・栄養補給をし安静にして回復を待ちましょう。

タオルやおもちゃ
食器等の共有も
やめましょう



！こんな時は要注意！

高熱が続く

尿が出ない

ぐったりしている

など異変がある場合は医療機関を受診しましょう

