

ヘルパンギーナ

2005.06.24

溶連菌感染症やおたふくかぜ、みずぼうそうが6月には流行していましたが、7月は毎年ヘルパンギーナという夏風邪がはやる時期になります。

ヘルパンギーナはウイルスが原因によって起こるのどの炎症です。2～4日の潜伏期のあとに、突然の発熱、のどの痛みで発症します。のどの痛みが強いので、食事が取れなかったり、水分も取れなかったりなど、看ている周りの大人にとっては心配が募る病気です。

病原体は多くはコクサッキーウイルスなので、抗生剤は飲んでも効きません。のどの痛みに対して、熱さましの座薬や飲み薬はある程度の効果がありますが、病気を治す力はありません。

食べられないことは子どもにとってそれほど重要ではありませんが、水分を取れなくなってしまうことは脱水をおこし、病気からの回復を遅らせてしまいます。水分はなんとしても取るようにさせてください。水分が取れないときはかかりつけに相談してください。点滴をするというも治療の選択肢になります。のどの痛みを強くするものは、柑橘系などのすっぱいもの、おせんべいのような固いもの、辛いもの、熱いものです。お勧めは喉ごしのいい、うどんやお豆腐、牛乳、ゼリーなどです。冷たいものは意外と痛みを感じさせなくなることが多いので、アイスクリームやカキ氷などを食べさせたあとにお勧めを食べさせるといいと思いますので、お試しください。

普通は1週間程度で合併症なく治ります。ごくまれに、髄膜炎や心筋炎を起こすことがありますので、発熱が続いて、吐いたり、ぐったりするのが続くようなら、再度受診してください。

予防には他の風邪と同様に「手洗い」ぐらいしかありません。便からもウイルスが出ますので、赤ちゃんのおムツを変えた後の手洗いは特に気にして行ってください。

学校、幼稚園、保育園などは熱が下がったのどの痛みがなくなったら行ってかまいません。ウイルスは熱が下がった後も排出し続けますので、厳密な登校禁止措置はあまり意味がありません。