

# こどもけ相談室

千葉県小児科医会 理事 黒崎知道 医師

## ヘルパンギーナ

### Q. ヘルパンギーナとはどんな病気ですか？

**A.** 高熱とどの痛みがでる夏かぜの一種です。乳幼児の間で流行し、38～40℃の高熱が2～3日続きます。のど・のどちんこのまわりに赤い粘膜疹や水疱(口内炎)ができ(写真)、のどを痛がって食欲低下をきたし、流涎(よだれ)がみられるようになります。高熱とどの痛み以外は症状が軽く、あまり心配することはありません。けいれんなどの症状がなければ、救急受診ではなく翌朝受診すれば大丈夫です。解熱後、のどの痛みも次第におさまります。まれに無菌性髄膜炎や心筋炎の合併例が報告されています。大人にもうつります。

### Q. 原因はなんですか？

**A.** 原因の大部分は、エンテロウイルスの中のコクサッキー A 型ウイルスによるものですが、コクサッキー B 型ウイルス、エコーウイルス等でも起こります。感染経路は接触感染と飛沫感染で、急性期はウイルスが多く排泄され感染力の強い時期です。潜伏期は通常 3～6 日です。

### Q. 治療法・予防は？

**A.** 特効薬はなく、通常は対症療法※のみで、発熱などに対して鎮痛解熱剤を用います。いかに痛い喉に水分と食事をとらせるかがポイントです。時には脱水に対する治療が必要なこともあります。

予防に関しては、ワクチンなど特異的な予防法はなく、感染者との密接な接触を避けること、流行時にうがいや手洗いを励行することなどです。

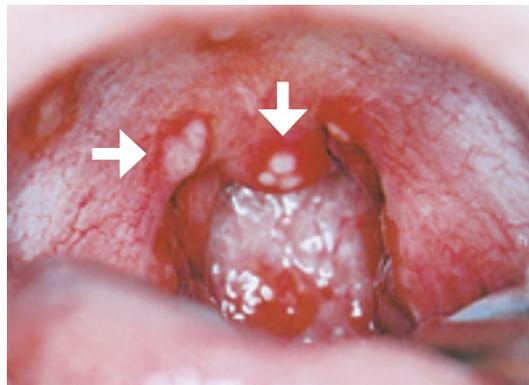
### Q. どのようなものを与えたらよいですか？

**A.** 口内炎により、よだれを飲みこむのでさえ痛いものです。牛乳やミルク、アイスや冷たいスープ、さましたおかゆやうどん、豆腐(醤油なし)、プリン、ゼリーなど水分や軟らかくのごじのよいものが良いでしょう。1回量は少なくとも回数を与えるよう努力しましょう。

### Q. 登園・登校は可能ですか？

**A.** 熱が下がり、のどの痛みもとれて、食事も含めて普通の生活に戻ってからです。かかりつけ医の許可を得てからの登園・登校がよいでしょう。

※ 対症療法：病気の原因に対してではなくそのときの症状を軽減するために行われる治療法



※ のど・のどちんこに赤い粘膜疹や口内炎(矢印部分)ができています (Atlas SAKUMA より引用)

## こども急病 電話相談

受診した方が良いのか、  
様子をもても大丈夫なのか、  
看護師や小児科医が電話でアドバイスします。

フッシュ回線の固定電話・携帯電話からは、局番なしの

# #8000