



今年の夏は、温暖化の影響なのか、例年になく気温の上昇で北海道らしくない夏が続いています。日々「暑いね〜」が合言葉になっている今日この頃ですね。

玄関の掲示でもお知らせしていますが、現在保育園では、夏風邪が流行しています。少しずつ落ち着いては来ていますが、急な発熱、のどの痛み、手足の発疹、目の充血など夏風邪の症状が見られます。

8月は、夏休み、お盆など生活リズムが乱れがちになってしまいます。生活リズムの乱れから、体力が落ちてしまい免疫力の低下につながります。暑さで体力が落ちている今、健康管理には十分気を付けてあげたいですね。

夏号では、今流行している感染症の特徴をまとめてお知らせいたします。

ヘルパンギーナ

ウイルスに感染することによって引き起こされる咽頭炎です。発熱、のどの痛み、口腔粘膜の水膨れなどが現れる病気。主に小児の間で夏に流行しやすいいわゆる夏風邪の一種とされています。

口の中にできた水ぼうが、唾液などの刺激で破れるため、強い痛みを引き起こし、十分な飲食ができなくなることで、脱水症状になったり、重症化すると髄膜炎や心筋症を発症することもあります。

発症の原因となるウイルスは、接触感染、飛沫感染によって感染が広がっていきます。

その為保育園、幼稚園、学校など子どもが密接に過ごすような環境で流行しやすい。

手足口病

ウイルスが原因となる感染症。3～5日の潜伏期の後に口の中や手の平・足の裏などに2～3ミリの水膨れのような発疹ができる。38度くらいの発熱を伴うこともある。

通常発疹は、数日で消えるが、数週間してから爪が、はがれるケースもある。まれに、髄膜炎や脳炎などを引き起こすこともあり、頭痛やおう吐などの症状には注意が必要。

ワクチンはなく、かかったら対処療法が自然に治るのを待つしかない。原因となるウイルスは、複数あり一度かかった人や大人でもかかる可能性がある。大人が発症すると痛みを伴うなど症状が強く表れることがあるので注意が必要。

手足口病は、出席停止の期間が定められている病気ではありません。厚生労働省のガイドラインでは、熱が下がり口腔内の水ぼうがの影響がなく、普段の食事がとれるようになることが手足口病の登園の目安となっている。

結膜炎

まぶたの裏側と眼球の境界にある結膜に細菌やウイルスが感染したり、アレルギーによって目が充血し、目ヤニや涙が出ます。原因になる病原菌によって細菌性、ウイルス性、アレルギー性結膜炎に分かれ治療法も異なります。細菌性結膜炎は膿が混じった黄色い目やにが出ます。ウイルス性結膜炎は、涙がたくさん出て、目ヤニ、充血の症状が強くなり、高熱、のどの痛みなどを伴うことがあります。アレルギー結膜炎の場合は、かゆくなってまぶたが腫れることもあります。細菌、ウイルス性結膜炎は、感染力が強い物もある為早めの受診が必要。

ヒトメタニューモ

2001年に発見され2014年検査キットが登場した為まだ馴染みの薄いウイルス。

遺伝子的にも、症状的にもRSウイルス(RSV)に近いウイルスです。

咳は、1週間前後続き、熱も4～5日程度続きます。悪化すると呼吸がゼーゼーして苦しくなったり、中耳炎や上気道炎、気管支炎、肺炎を合併することもあり、2歳未満の子は、特に注意が必要です。

1～3歳の幼児の間で春先から夏ごろに流行することが多いのですが、大人にも感染します。

お願い

・気になる湿疹が出たときは、何の湿疹か、感染してしまうものかどうか、必ず受診し医師の診断が必要になります。

・目の充血や腫れの症状が見られた時も同様に受診をお願いしています。