

手足口病

年によって異なりますが、早いときは5月ごろから、大体の年では夏になると手足口病が流行します。これはコクサッキーウイルスやエンテロウイルスによるもので、主に乳幼児ときどき学童がかかります。潜伏期間(うつってから発病するまで)は4~6日です。口の中(頬や舌)、手や足、膝、たまにお尻にも小さな水疱ができます。熱は38℃前後でることもあります。口の中の症状が強いと何日か痛くて食べるのが辛いようですが、手足の水疱は特に症状はないようです。

特に治療しなくても何日かで水疱はしぼんで消えていきます。学校伝染病ではなくなったので、特に登校・登園についての決まりはありません。熱がでていないか、食事を普通にとれるようになったかなどの状態で判断してください。(いろいろな症状があるうちは、できれば家で様子を見たほうがいいと思います)

ヘルパンギーナ

コクサッキーウイルスやエコーウイルスによりおこる流行性の病気で、かかるのは1歳くらいまでが多いのですが、4歳くらいまではときどきあります。

潜伏期間は2~7日で、突然の高熱、不機嫌、哺乳不良、大きい子ではのどの痛み、嚥下痛、頭痛などを訴えます。熱は2~3日続くこともよくあります。

のどが痛いために大変機嫌も悪く、見ていると辛そうなのですが、何日かで自然に治ります。固形物はなかなか受けつけないと思うので水分をたくさん取らせてください。アイスクリームやゼリーなどもこういうときはいいかもしれません。

手足口病やヘルパンギーナの原因となるコクサッキーウイルスやエンテロウイルスはときに髄膜炎を起こします。高熱や頭痛が続くとき、または嘔吐があるときなどは早めに受診してください。

また、口内炎がひどくて食べられない・飲めないときは口の中に塗る痛み止めがありますので使ってみてください。