



健やか豆知識

第16回

Q. 手足口病の一番効果的な
予防法はどれでしょうか?

I ワクチン II 手洗い III うがい



タレちゃん

高田製薬は、患者さんや医療関係者の声に耳を傾け、医療ニーズに合った医薬品の開発と情報提供で、健康な社会づくりに貢献します。

— 人びとの健康を願って —
高田製薬株式会社

手足口病は、食欲低下による脱水症状に気をつけて。

手足口病はその名の通り、手や足、口の中に水疱性の発疹が出る病気で、乳幼児を中心に夏に流行します。2011年以降、隔年で大流行して注目されています。

手足口病は、数種類のウイルスが原因で引き起こされる感染症で、ウイルスの種類によっては手足や口だけでなく、腕や太もも、お尻などにも発疹が広く出ることがあります。一度かかって別ウイルスによって何度もかかることがあるうえ、感染しても症状が出ない場合も少なくありません。なお、近年の流行の症状として、1ヵ月後くらいに手足の爪が剥がれ落ちることがありますが、自然に治るので安心してください。

感染経路は飛沫感染や接触感染のほか、便に排泄されたウイルスから感染する糞口感染もあります。特に、乳幼児が集団生活を送る保育施設や幼稚園での感染に注意が必要です。

手足口病には有効なワクチンはなく、発病を予防できる薬もありません。そのため一般的な感染予防は、手洗いをしっかりと、排泄物を適切に処理することが大切です。

基本的には軽い症状で数日間うちに治りますが、高熱が出る、発熱が2日以上続く、水分が摂れずにおしっこが出ない、ぐったりしている、嘔吐や頭痛などの症状がみられたら、医療機関を受診しましょう。口の中に水疱ができると食欲が落ちるので、水分をこまめに摂らせて脱水症状にならないように十分注意してあげてください。

監修 馬場 直子 神奈川県立こども医療センター
皮膚科 部長さらに詳しい情報は
ホームページで!
< II 埼玉 >

< 正解 II 手洗い >

クイズの解説

一般的な感染予防策は、手洗いをしっかりとすることです。

手足口病はコクサッキーウイルス、エンテロウイルスなどの、数種類のウイルスが原因で引き起こされる感染症です。毎年、夏に多く発生します。

ウイルスは唾液や便から排泄されるため、感染経路は①飛沫感染、②接触感染、③糞口感染です。

手足口病には有効なワクチンはなく、発症を予防できる薬もありません。そのため一般的な感染予防は、手洗いをしっかりとすることです。特に便にもウイルスが多く含まれるため、排泄物は適切に処理し、その後の手洗いもしっかり行いましょう。また、乳幼児どうしの接触は密接になることが多いので、集団生活を送る保育園や幼稚園でも、やはり日頃の手洗いが大切です。うがいが感染予防に効果があるというエビデンスは、今のところありません。

ウイルスに感染すると3～5日後に手や足、口、腕、太ももなどに2～3mmの水疱性の発疹が出ます。基本的には発疹のような軽い症状が数日間続きますが、その後発疹は消えて治ります。

しかしまれに髄膜炎、脳炎などの合併症が起こることがあるので、高熱、嘔吐、頭痛、息苦しさなどの症状がないかの注意が必要です。このような症状がみられたら、すぐに医療機関を受診しましょう。

口の中に水疱ができると食欲が落ち、脱水症状になることがあるので、水分をこまめに摂らせてあげてください。

そして近年、手足口病の主体となっているコクサッキーウイルスA6の感染では、爪の変形がみられ、1ヵ月後くらいに爪が剥がれることがありますが、1～2ヵ月で元に戻るので安心してください。

手足口病の感染経路

①飛沫感染

感染者がくしゃみや咳をした時のしぶきにウイルスが含まれ、それが空気中に飛び出し、目や口、鼻に入ることによって感染します。

②接触感染

感染者と直接接する、または感染者が触ったドアノブやタオルなどに触った手で目や鼻、口に触れることで感染します。

③糞口感染

便の中に排泄されたウイルスが口の中に入ることによって感染します。たとえば感染者のおむつ交換をした後に、その手をしっかりと洗わないまま口に触る、その手で食べるなどで感染します。