

DR.YOKO's Cafe

体にちょっと優しいお話し

健康づくりで気をつけたいポイントや病気の予防方法をお伝えします。

今月のテーマ

大人も要注意！
流行っています、手足口病！

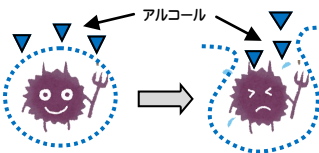
「手足口病」とは、その名の通り、手のひらや足の裏、口の中の粘膜などに水泡や発疹ができるウイルス感染症です。「ヘルパンギーナ」や「プール熱」と共に、代表的な子ども夏の病とされています。通常は夏の間に流行しますが、秋から冬にかけても発生することがあります。子どもよりも大人の方が症状が重いことが多く、一度かかっても何度もかかることがあるため注意が必要です。今回は、秋でもかかる「手足口病」の病態と予防法についてお話しします。

アルコール消毒が効かない！？ ノンエンベロープウイルスって何？

ウイルスは、エンベロープウイルスとノンエンベロープウイルスに分けられます。ウイルスの「エンベロープ」とは、ウイルス本体の周りにある、タンパク質や脂質でできた膜のことを指します。手足口病の主な原因となるコクサッキーウイルスは、ノンエンベロープウイルスに分類されます。

エンベロープウイルス

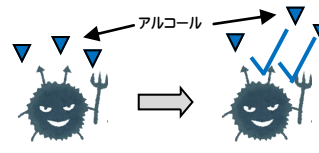
エンベロープがあるウイルス。この膜は、アルコールで破壊することが可能。膜が壊れば、ウイルス本体を破壊することができる。
(代表的なウイルス：インフルエンザウイルス、ヘルペスウイルスなど)



アルコールが膜を壊してウイルスを破壊する

ノンエンベロープウイルス

エンベロープがないウイルス。一般的に、アルコールや熱に強く、感染力も高いと言われている。
(代表的なウイルス：ノロウイルス、アデノウイルス(プール熱)、コクサッキーウイルス(ヘルパンギーナ、手足口病))



膜がなく、アルコールや熱に強い

感染予防のために

- ・流水で手洗いをし、接触感染を防ぐ
- ・タオルは共用しない
- ・マスクを着用し、飛沫感染を防ぐ
- ・排せつ物は適切に処理する
- ・免疫力が下がらないよう、休息は十分に

【何度でも発症してしまう?!】
一度発症すると、その病原ウイルスに対しての免疫はできませんが、手足口病の原因ウイルスはいくつもあするため他のウイルスに感染するとまた発症してしまいます。ウイルスに接触しないことが重要です。

大人が感染する経緯としては、自分の子どもが手足口病にかかり、看病しているうちに感染するのが最も多いケースです。症状の出方も様々なため自分では判別が難しい場合も多く、医療機関を受診することをためらっているうちに周りの人に二次感染させてしまう恐れもあります。これらの症状がみられたら、手足口病かもしれないと早めに医療機関を受診しましょう。

手足口病に有効なワクチンはなく、手足口病の発病を予防できる薬もありません。特効薬もなく、基本的には症状に応じた治療となります。治った後でも便などからウイルスが排泄されることがあり、また、感染しても発病はせずにはウイルスを排出している場合もあります。そのため、発病した人だけを隔離しても有効な感染対策にはなりません。感染予防としては、接触感染を防ぐために手洗いをしっかりとすること、排泄物を適切に処理すること、飛沫感染を防ぐためにマスクを着用すること、などが大切です。手洗いは流水と石鹸で十分に行い、タオルの共用はしないようにしましょう。

「手足口病」：今年は10年に一度の流行年になって、夏季に「手足口病」というと、夏季に流行する子どもの3大夏風邪の一つですが、今年の子供から大人への感染が増えています。そして、厄介なのが子どもより大人の方が重症化しやすいということ。風邪というときと寒い時期にひくものというイメージがありますが、夏の高湿多湿の環境を好むウイルスもいます。夏バテや季節の変わり目など体調管理が難しい時期に免疫力が落ち、ウイルス感染にかかる方も今年例年以上に増えています。「身体がだるい」「ちよつと熱っぽい」「よくわからない発疹」などは手足口病の典型的な症状ですので、夏風邪だと軽く思わないで医療機関を早めに受診してください。

手足口病の原因は？

その症状、手足口病かも

手足口病の治療と予防



せんだい総合健診クリニック
院長 石垣洋子



医療法人社団進興会

せんだい総合健診クリニック

住所 〒980-0811

宮城県仙台市青葉区一番町1-9-1
仙台トラストタワー 4F

TEL 022-221-0066(代表)

URL <https://www.sskclinic.jp/>

記事についてのお問い合わせ ☎022-221-1274