



にこにこニュース

おおいた こども びょういん
大分こども病院
〒870-0943 大分県大分市片島 83-7
<http://www.oita-kodomo.jp/>

2017・8月号 (No.327)

(代表) TEL097-567-0050

(救急) TEL097-567-2311

(Fax) TEL097-568-7057



手足口病について



医師 日吉 祐介

手足口病とは

夏に流行するウイルス感染症です。エンテロウイルスというウイルスが原因で起こります。エンテロウイルスの中にはいろいろな種類があり、その種類によって手足口病、ヘルパンギーナ、無菌性髄膜炎など様々な病気を引き起こします。潜伏期という、症状が出ないけどすでに感染しており他人へと感染する期間が3~6日あります。その期間や症状が出ている時、発症から1週間程度は唾や便などから感染していきます。

こんな症状

手足口病はその名の通り手の平や足の裏、膝、口の中や口の周り、その他にはお尻などに小さい発疹が出現します。胴体にはあまり発疹が出にくいのが特徴です。発疹は時に痛みが強くなることもあります。口の中も痛いので、ごはんを食べられなくなったり唾液を呑み込めず口からよだれがたくさん出てきたりします。水分も摂れなくなることもありますので、脱水に注意が必要です。

また、高熱が出ることもあります。熱は2~3日で解熱します。この発熱によって熱性けいれんを起こす人もいます。熱が長く続く際や嘔吐が持続する際は髄膜炎などの合併症の可能性があるので、血液検査が必要な時もあります。

その他の症状として、まれに嘔吐や下痢など胃腸炎の症状が起こってくる場合があります。この場合も基本的には対応は同じで脱水にならないように水分を摂らせることが大切になります。

検査

溶連菌やインフルエンザウイルスのような簡易検査はありません。そのため、基本的には手足の発疹や喉の状態を診断します。中にはウイルスの型などを調べることもありますが、検査に時間や費用がとてかかるため、流行調査の目的でしか行いません。

治療

髄膜炎や脳炎・脳症など重篤な状態とならない限りは特別な治療は必要ありません。口内炎が痛くてなかなか水分が摂れなくなってしまった場合は点滴をすることがあります。通常は解熱鎮痛剤の使用で1週間程度で自然とよくなります。口内炎が痛い時期には個人差はありますが、2~4日程度のことが多いです。また、多くの方は軽症ですので後遺症なく完治することがほとんどです。髄膜炎や脳炎・脳症などの重篤な状態となった場合はいろいろな治療が必要となります。

看護の仕方

口の中が痛い時はしめないものを与えてください。辛いもの、すっぱいもの、硬いものなどは控えて下さい。プリンやゼリーなど、冷たくてのどごしのよいものがよいでしょう。脱水にならないように、可能ならOS-1やアクアライトなど、無理そうなら味噌汁やうどんの汁など、少量頻回にあげるようにしてください。脱水かどうかの目安は、涙や唾液が出ているか、唇や舌が乾いていないか、ぐったりと元気がないか、顔色がすごく悪い、おしっこの量が極端に出ていないなどです。泣いても涙がまったく出ず、唾液もなくてぐったりし、おしっこがすごく減っている時は脱水の可能性があるので病院を受診してください。

お風呂に関しては熱が下がっていたら大丈夫です。また、周りにも感染しますし、まれですが大人にも感染しますので、接触をした後は手洗いを丹念にするようにして下さい。ウイルスは便から1カ月程度、唾から1週間程度排泄されます。

保育園などの登園・登校基準は、解熱している期間が1日以上あって、普段の食事ができることです。

吐き気止めについて♪



吐き気止めの特徴

子どもの嘔吐・下痢の原因は大部分が腸内細菌です。その中でもウィルス感染が多く、次に細菌感染となります。ウィルスが胃腸に入り込んで、胃腸の働きを悪くするために、嘔吐したり、下痢をしたりします。

お子さんが嘔吐すると脱水症が心配になったり、お子さんが水分を欲しがるので、つい、嘔吐した直後でも水分を与えなくなるのが親心です。しかし、胃腸の受け皿が小さくなっている状態では水分を摂取しても受け皿からあふれるように嘔吐してしまいます。そこで、吐気や嘔吐を止めるために吐き気止めを使用します。

吐き気止めの種類

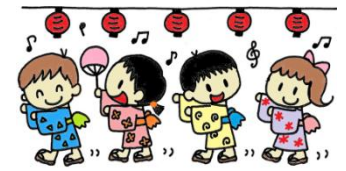
- 吐き気止めには、内服薬（飲み薬）と坐剤があります。内服薬（飲み薬）には、シロップ、こな薬、錠剤（粒）があります。
- 嘔吐が強い時は、坐剤を使用します。

吐き気止めの使い方

- 嘔吐した場合は、吐き気止めの坐剤を使って30分から1時間は飲んだり食べたりしないで胃腸を休めてください。坐剤の使用は1日に2回までです。
- 30分以上嘔吐がなければ水分補給を次のように開始します。

水分補給の仕方

- 市販のスポーツドリンクは、電解質の中のナトリウムの濃度が低く、糖質濃度が高すぎます。できるだけ乳幼児イオン飲料（アクアライトなど）・OS1 を飲ませてあげると良いでしょう。柑橘系は嘔吐の引き金になることがあるので避けましょう。
- 嘔吐の症状が強いときは、絶食期間を作ると症状が軽くなることがありますが、絶食時間は数時間として傾向的に水分と電解質の補給をめざす必要があります。
- 嘔吐があっても、乳幼児イオン飲料を少しずつゆっくりと与えることで、改善することがあります。1さじずつ数分おきに与えて吐気がないかを見てから増量していきます。急に増やしたりせずに、20～30ml 程度を増やすとよいです。
- 吐気なくなれば、脂肪分・繊維分の多いものを除きできるだけ早く食事を再開しましょう。
- 食欲が出てきたら、腸を刺激しない消化のよいものをあげましょう。詳しいことは当院のリーフレット《下痢と嘔吐の時の食事療法》に記載されております。



8月 各専門外来の予定



日	月	火	水	木	金	土
		1 皮膚科 小児外科	2 皮膚科 小児外科 腎外来（桑門） 児童精神科	3 皮膚科 小児外科 神経外来（岡成） 児童精神科	4 皮膚科 小児外科 児童精神科	5 皮膚科
6	7 皮膚科 小児外科 児童精神科	8 皮膚科 小児外科	9 皮膚科 小児外科 こどもの心外来 腎外来（桑門） 児童精神科	10 皮膚科 小児外科 神経外来（福島） 児童精神科	11	12 皮膚科 小児外科 泌尿器外来
13	14 皮膚科 児童精神科	15 皮膚科	16 皮膚科 小児外科 腎外来（桑門） 児童精神科	17 皮膚科 小児外科 神経外来（岡成） 児童精神科	18 皮膚科 小児外科 児童精神科	19 皮膚科 循環器外来
20	21 皮膚科 小児外科 児童精神科	22 皮膚科 小児外科	23 皮膚科 小児外科 腎外来（桑門） 児童精神科	24 皮膚科 小児外科 内分泌外来 神経外来（福島） 児童精神科	25 皮膚科 小児外科 児童精神科	26 皮膚科 泌尿器外来
27	28 皮膚科 児童精神科	29 皮膚科 小児外科	30 小児外科 皮膚科 腎外来（桑門） 児童精神科	31 皮膚科 小児外科 神経外来（福島） 児童精神科		

※各専門外来は完全予約制になります。
ご希望の方は受付またはお電話でお問い合わせください。
青…午前のみ 桃…午後のみ オレンジ…終日