



水いぼの対策と治療法

～医師 大島 菜那子～



【はじめに】

水いぼ（伝染性軟属腫）は、皮膚に径 2-5mm のドーム状の「いぼ」をつくる良性ウイルス性皮膚感染症です。0～16 歳における水いぼの有病率は 5.1～11.5%と高く、ほとんどが 9 歳以下の小児で、夏季、特に 6～7 月に多いです。一般的に無症状ですが、痒みや不快感を伴うこともあります。見た目の問題もあり治療も考慮されますが、通常は自然に軽快するため、治療せずに経過をみるという考え方もあります。

【感染経路】

ヒト・ヒト間の接触による経皮感染ですが、タオル、玩具などを介した間接的な接触も感染源になり得るとされています。また、引っ搔いて他の部位へ広げてしまうことも少なくありません。皮膚のバリア機能が低下するアトピー性皮膚炎などの皮膚疾患、免疫が低下している場合などは感染リスクが高く、症状も重症になりやすく難治性です。

【対策】

- ・皮膚の清潔を保ち、保湿剤等でバリア機能を改善しましょう（特に乳幼児、アトピー性皮膚炎の患者ではバリア機能が低下しやすく、広範囲に感染しやすいです）。
- ・プールに入る際はタオル、浮き輪、ビート板などの共有を避けましょう。
- ・集団生活、水遊び、浴場等では、水いぼを衣類や包帯、耐水性絆創膏などで覆い他の子どもへの感染を防ぎましょう。

【治療方法】

- ① 無治療で自然消退を待つ：数か月～数年かかることもあります。
- ② 摘除：疼痛緩和のため、全ての発生部位を確認し、可能な限り局所麻酔用リドカインテープ（ペンレス®）を一つの水いぼあたり 1cm 角程度に切って 1～2 時間貼付した後に摘除します。
- ③ 内服治療：シメチジン、ヨクイニンの有用性が報告されていますが、いずれも水いぼに対して保険適用はありません。

摘除するにしても、しないにしても、スキンケアを丁寧に続けておくことが推奨されます。



【参考文献】

- ・川瀬正昭. プライマリケアで重要な皮膚症状とその対応. 小児科診療第 87 巻. 2024.
- ・田中諒. 伝染性軟属腫（みずいぼ）. 小児内科 vol155. 2023.
- ・堀向健太. 夏の皮膚トラブル 伝染性軟属腫（水いぼ）. チャイルドヘルス vol125. 2022.



手足口病が流行しています！

夏に流行する感染症の一つです。感染予防をして元気に楽しく過ごしましょう。

手足口病とは？

ウイルス感染によって引き起こされます。感染力が強く、咳やくしゃみ、ウイルスが付着したものを触ったり、排泄物を介すなどして感染が広がります。特に、免疫力の低い乳幼児（5歳以下）の間で流行しやすい病気です。

症状

口の中や手のひら、足の裏などに、小さくて赤い発疹や水疱が現れます。まれにかゆみを感じることもあります。発熱をすることがありますが1～2日で自然に下がります。これらの症状は、通常1週間程度で自然に治ります。まれに髄膜炎や脳炎などの合併症を引き起こすことがあります。

こんな症状がみられるときは
早めの受診を！



- ・高熱が続く
- ・激しい頭痛や嘔吐
- ・首が硬くなる
- ・手足の麻痺
- ・呼びかけに応じない
- ・ぐったりしている

治療とケア

特效薬はなく、対症療法のみです。熱いもの、すっぱいものを避け刺激の少ないおかゆ、うどん、ゼリーなど、のどごし・舌触りのやさしい食事にしましょう。脱水症状の予防として経口補水液やイオン飲料などがおすすめです。体力を消耗しないよう安静に過ごし、発熱には医師の指示に従い解熱鎮痛剤を使用します。

ある日の献立・・・鶏ごぼうのそぼろ丼



(材料 5人分)			
A・鶏ひき肉	200g	B・卵	3個
・ごぼう	60g	・食塩	0.5g
・油	中さじ1	・砂糖	小さじ2
(調味料)		・油	中さじ1
・おろししょうが	小さじ1		
・醤油	大さじ2		
・みりん	小さじ2		
・砂糖	大さじ1		

- (作り方)
- ①ごぼうを水でよく洗い、包丁の背で表面を削るように皮をむく。
 - ②ごぼうを小さめのさがきにして、10分ほど水につけてアク抜きする。水を入れ替えてもう一度よく洗い、水気を切る。
 - ※ごぼうのさがきはピーラーを使うとお手軽ですよ！
 - ③Bの油以外を混ぜ合わせる。フライパンに油をひき、混ぜたBを入れて、そぼろ状に炒める。
 - ④フライパンに油をひき、鶏ひき肉とごぼうを炒めて、火が通ったらAの調味料をいれて汁気がなくなるまで炒める。
 - ⑤ご飯の上にそれぞれを彩りよく盛り付けて完成。

予防

手洗い、手指消毒を徹底し、タオルの共用を避ける、咳エチケット、感染者との接触を避ける、排泄物の適切な処理など…
大人も手足口病にかかるのでしっかり予防を行っていきましょう！
こどもの発疹よりも症状が重くなる傾向があります。



参照元：日本小児科学会 <https://www.jpeds.or.jp/>
国立感染症研究所 <https://www.niid.go.jp/niid/ja/>
厚生労働省 <https://www.mhlw.go.jp/>

忘れ物の保管期限は1か月です。

ご連絡をいただいた場合も保管期限は変わりません。
お早めに取りにお越しください。
保管期限を過ぎた忘れ物は処分させていただきます。
お帰りの際に忘れ物がないかもう一度ご確認ください。

忘れもの

お問い合わせ先：097-567-0050
大分子ども病院

～診療時間のご案内～

午前 9：00～12：00
午後 15：00～18：00 (月～金)
14：00～18：00 (土)

乳児健診・予防接種

14：00～17：00 (水曜のみ) 予約制

☆休診日：日曜・祝祭日・年末年始

ただし急患の方はこの限りではありません
お電話なしでご来院ください

☆付き添いに関するお願い☆

当院では感染拡大防止対策として、入院患者様の付添いや時間外の面会、また外来診察時の付添いは、

『患者さま1名につき、付添い1名のみ』

とお願いしています。

付添いがお一人で難しい場合はスタッフにご相談ください。

ご理解の上、ご協力をお願いします。