

# ヘルパンギーナが流行中です

香川県では1地点あたりの患者数6.4人「流行警報発令中」です。（R5年7月14日報告）  
→過去10年の平均患者数と比較して3～4倍増加しています。

ヘルパンギーナは発熱と口の中の発疹が特徴で、乳幼児を中心に夏季に流行する「夏かぜ」の代表的なウイルス性の感染症です。主に「コクサッキーA群」が原因の場合が多いですが、ウイルスの型がいくつかあるので、何度もかかります。集団生活での感染拡大を予防しましょう。

## 症状は？

潜伏期間 3～6日

突然の発熱に続いてのどの痛みがあらわれます。のどの奥が赤くなり小さな水ぶくれができて痛みを伴います。発熱は2～4日で下がりますが、のどの痛みは残ります。また、高熱のため熱性けいれんを起こすこともあります。

## 感染経路は？

くしゃみなどによる「飛沫感染」と、舐めて唾液や鼻水がついたおもちゃの貸し借りなどによる「接触感染」、便の中に排泄されたウイルスが口に入る「経口感染」が主な感染経路です。

## 集団生活で感染拡大を予防するために気をつけることは？



### 便からの感染に注意

回復しても2～4週間にわたり、便からウイルスが排出されることがありますので、トイレやおむつの処理をした後は、しっかり手洗いをするのが大切です。



### アルコール消毒が効きにくい

ヘルパンギーナの原因となるウイルスは「ノンエンベロープウイルス」という種類に分類され、アルコール消毒剤が効きにくいウイルスです。トイレやおむつ処理のアルコール消毒剤では不十分ですので、流水で手を洗いましょう。ドアノブやトイレ等の消毒をするときは、ノロウイルスの消毒と同じく、次亜塩素酸ナトリウムによる消毒がおすすめです。（次亜塩素酸ナトリウムは濃度、保存方法を厳守してください）

- コクサッキーウイルス(主にヘルパンギーナ)、アデノウイルス(咽頭結膜炎)、エンテロウイルス(主に手足口病)は、次亜塩素酸ナトリウムか加熱のみが有効
- 消毒液は適切な場所、濃度、用法で使用しましょう

適切な使用場所・用法	手指	環境消毒	汚染場所
次亜塩素酸ナトリウム	×	○ (0.02%200ppm)	○ (0.1%1000ppm)
アルコール消毒液	○	○	○
加熱(80度、10分以上)	×	○	○

# 3大夏かぜにも注意を

夏になると、いわゆる「夏かぜ」とも言われる、代表的な3大感染症が増えます。乳幼児や児童を中心に5月頃から流行し、7～8月にピークを迎え、大人や高齢者がかかることもあります。これから夏に向けて、暑さや、寝不足、食欲不振などの状態が続くと、免疫力が低下し様々な感染症を引き起こす原因となり、重症化する恐れもあります。

	ヘルパンギーナ	手足口病	咽頭結膜炎 (プール熱)
原因	主にコクサッキーウイルス	コクサッキーウイルス エンテロウイルス等	主にアデノウイルス
潜伏期間	3～6日	3～6日	2～14日
流行時期	春から夏にかけて流行	春から夏にかけて流行	年間を通して発生するが特に夏季に流行
症状・特徴	高熱とのどの痛み。口の中に水ぶくれができる。食欲がなくなり、脱水症状を起こすこともある。	口の中と手足に水疱性の発疹ができ、発熱を伴うこともある。髄膜炎を伴うことがある。	38℃以上の高熱 のどの痛み、結膜炎が見られる。
感染経路	飛沫感染 接触感染 経口感染	飛沫感染 接触感染 経口感染	飛沫感染 接触感染 経口感染
予防・治療方法	いずれもウイルスが原因のため、抗生剤は効きません。 ワクチンは開発されておらず、有効な治療法がないため対症療法が中心となります。 飛沫感染や接触感染、経口感染により感染するため、こまめな手洗いが大切です。		

## 感染症予防の基本は手洗いです

手洗いを習慣化し、回数を増やすことが大切です。子どもの年齢に応じて、手洗いの介助や手洗い方法の指導が必要です。



2度洗いが効果的！！