

おしえて!

# 感染症 さがみはら

2026年4月

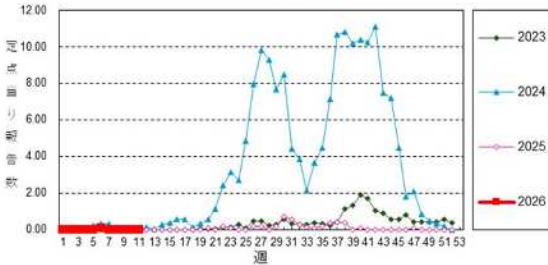


## 今月の注目疾患：手足口病 & ヘルパンギーナ

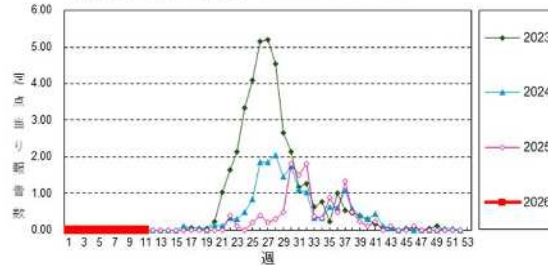
手足口病とヘルパンギーナはエンテロウイルスを原因とした感染症で、6月頃から乳幼児を中心に患者数が増えはじめ、7～8月にピークとなる代表的な夏風邪のひとつです。

2024年は手足口病が7月、9月に二度のピークがあり、2023年はヘルパンギーナが6～7月頃にピークとなるなど、その年により発生状況が変動しています。今シーズンも注意が必要です。

市内定点当り報告数（手足口病）



市内定点当り報告数（ヘルパンギーナ）



## 症状

### ● 手足口病の症状

手のひら、足の裏や甲、口の中に2～3mmの水ぶくれ状の発疹が現れます。口の中の発疹は、しばしば潰れて口内炎になります。発熱は38度以下の軽度となることが多いです。



どちらも口の中に水泡ができるため、食事は刺激が少なく軟らかめの薄味を心がけ、脱水にならないよう小まめな水分補給が重要です。

### ● ヘルパンギーナの症状

突然の発熱に続いて、のどの痛みが現れ、のどが赤く腫れて小さな水疱がたくさんできます。発熱は2～4日間程度で解熱しますが、発熱時に熱性けいれんを伴うことがあるので注意が必要です。

## 主な感染経路

- ・咳やくしゃみによる飛沫感染
- ・接触感染
- ・糞口感染  
(便中に排泄されたウイルスが口に入り感染すること)



特に、乳幼児が集団生活をしている保育施設や幼稚園などでは注意が必要です。また、大人に感染することもあります。

## 予防方法

手足口病、ヘルパンギーナには特効薬はなく、特別な治療方法もありません。

手洗いを流水と石けんで十分に行い、タオルを共用しないなどの感染予防をしましょう。

しっかり  
手を洗おう!



## ポイント

治った後も比較的長い期間便の中にウイルスが排泄されます。感染を拡げないために排泄物を適切に処理することが大切です。

### ○保健所医師のコメント

手足口病やヘルパンギーナは多くが軽症で自然に回復しますが、まれに髄膜炎や脳炎など、重症となることがあります。乳幼児、高齢者や基礎疾患のある方では注意が必要です。手洗いなどの基本的な感染対策と体調管理を心がけましょう。

電子版(PDF)は感染症情報センターHPに掲載中! →

