

こどもの感染症シリーズ①

ヘルパンギーナってなに？

ドイツ語で「水ぶくれ（ヘルペス）」と「のどの炎症（アンギーナ）」であり、その名の通り、熱と口の中の粘膜に水ぶくれができるのが特徴の急性のウイルス性咽頭炎です。いわゆる夏かぜ（こどもの三大夏かぜの一つ）の代表的な病気になります。そのほとんどはエンテロウイルス属に属するウイルスが原因で、主にコクサッキーウイルス A 群であることが多いが、コクサッキーウイルス B 群やエコーウイルスで発症する場合があります。（ということで、ヘルパンギーナというウイルスはありません）



熱帯の地域では年中にみられますが、温帯の地域（日本を含む）では夏と秋に流行がみられます。日本では毎年5月頃より患者が増加し始め、7月頃にかけてピークを迎え、8月頃から減少を始め、9～10月にかけてほとんど見られなくなります。国内での流行は例年西から東へ流れていきます。その流行規模はほぼ毎年同様です。患者の年齢は5歳以下が全体の90%以上を占め、1歳代がもっとも多く、ついで2、3、4歳代の順で、0歳と5歳はほぼ同程度が報告されています。ですので、この時期は子供さんに注意が必要です。新型コロナウイルス感染症と同様、5類感染症に分類されます。

症状は？

感染してから2～4日の潜伏期間（感染してから症状が出るまでの期間）を過ぎてから急に39～40℃の発熱、のどの痛み、口の中の粘膜に水ぶくれなどの症状が出ます。水ぶくれが破けた後には口の中の痛みも出ます。発熱は2～4日程度で解熱し、その後口の中の痛みも治まります。

高熱になることもあり、熱性けいれんが出ることもあります。また、口の中が痛いことから、不機嫌になったり、食べることを嫌がったり、ミルクを飲まなくなることにより、脱水症状が出ることもあります。まれに、髄膜炎（脳や脊髄を覆っている膜に炎症が起こること）も起こることがあります。



感染経路は？

くしゃみなどで出る飛沫によって感染する「飛沫感染」、舐めて唾液や鼻水がついたおもちゃの貸し借り、タオルを共用するなど、手が触れることで感染する「接触感染」が主な感染経路です。また、症状が回復した後も口から1～2週間、便から2～4週間にわたってウイルスが排出されるので、おむつなどの交換後に汚染された手指を介して感染が広がります。



消毒方法は？

アルコールが効きにくいとされています。そのため、こまめにうがいと水と石鹸でよく手を洗うことが重要です。そのほかは、塩素系漂白剤に使われている次亜塩素酸ナトリウムを薄めて使うことも有効ですが、手指の消毒には不向きですのでご注意ください。

また、感染者とのタオル等の共用は避けましょう。

治療法は？

彦根休日急病診療所通信V○1.1で紹介した「かぜには抗生物質（抗菌薬）は効かない？」に書いた通り、ヘルパンギーナはウイルス性の感染症のため、「抗生物質（抗菌薬）」は効きません。特別な治療法はなく、対症療法となります。基本的には、発熱と口の中の痛みなどがあるので、解熱・鎮痛剤で対処することが多くなります。中には、食事や水分摂取ができなくなり脱水症状が出ることもあるため、解熱・鎮痛剤などを使用し水分摂取を心がけましょう。

学校は休むの？

明確に、学校を何日間休まないといけないような規定はありません。

（参考）国立感染症研究所 ヘルパンギーナとは

<https://www.niid.go.jp/niid/ja/kansennohanashi/515-herpangina.html>