R8.7.16

手足口病が警告レベルに迫っています！！

今夏、手足口病が全国的に流行し、各地で警報レベルの注意喚起が行われています。

手足口病の原因ウイルスは１種類ではなくエンテロウイルス属の複数のウイルスで，主な感染経路は飛沫・接触・便(糞口)からで、特に感染者の便に排泄されたウイルスが手指などを介して口に入り感染します。このウイルスはアルコール消毒が効きにくいため、帰宅時やトイレ・オムツ交換後は「石けんと流水でこまめな手洗い」を徹底しましょう。

《手足口病の特徴と主な症状》

◆**発症年齢**：５歳以下の未就学児（患者の約 90%を占めている）
◆**症　　状**：手のひら、足の裏、口の中に水ぶくれのような発疹や発熱
◆**経　　過**：（通常）１週間程度で自然治癒　※まれに髄膜炎などの合併症あり

《感染を防ぐためのポイント》

（１）こまめな手洗い！

このウイルスにはアルコール消毒が効きにくいため、
排便後やおむつ交換後、食事前に流水と石けんでの手洗いが最も効果的です。

（２）タオルの共用を避ける！！

保育園や家庭内でのタオルの共用は避けましょう。

（３）排泄物の適切な処理　！！！

回復後も 2～4 週間は便からウイルスが排出されるため、
オムツ交換後の手洗いやおむつの密閉廃棄が重要です。

（４）人の手がよく触れる場所は清潔に！！！！

おもちゃやドアノブなど人の手がよく触れる場所は清潔にしましょう

《家庭内でのケア》

口の中に痛みがある場合、水分や食事が摂りにくくなり脱水症状を引き起こしかねません。そのため、経口補水液などの飲みやすいものやゼリーや冷ましたスープなど刺激が少なく喉ごしが良いものを選ぶようにしましょう。

大人にも感染することがあるため、看病の際は“こまめな手洗い”を心掛けるようにしてください！

こんなときは医療機関を受診しましょう!!

ごくまれに髄膜炎や脳炎などを起こすことがありますので、下記の様子が見られたら医療機関を受診しましょう。

●水分が摂れず、半日以上、尿が出ていない
●高熱が続き、ぐったりしている
●呼びかけへの反応が鈍くぼんやりしている（意識障害）
●全身、または身体の一部がひきつける（けいれん）

加東健康福祉事務所