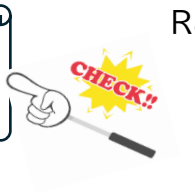
R8.7.17

感染症にも旬？！　～季節ごとの感染症をチェック～



感染症は、細菌、ウイルス、真菌(カビ)、寄生虫などの病原体が体内に侵入して増殖し、発熱や咳、下痢などの症状を引き起こす病気ですが、自分だけでなく周りの人にも感染させる可能性がある病気です。そのため、感染症にかかるリスクは誰にでもあるといえます。流行する感染症は毎年同じではないものの、季節に応じて違いがあるため、適切な感染症予防対策や基礎知識を確認しておく必要があります。

【春に流行しやすい感染症】

病名	特徴
麻しん（はしか）	口内に白い斑点が出始めて、全身に発疹が出る
風しん（三日はしか）	リンパ節が腫れ、発疹が顔や耳の後ろに出始め全身に広がる
水痘（水ぼうそう）	赤い斑点、水膨れ、かさぶた(治癒)と段階に応じて変化する皮膚症状
流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）	唾液腺(耳下腺)の腫れ･痛みをはじめ、発熱･頭痛･倦怠感など

【夏に流行しやすい感染症】

病名	特徴
手足口病	手･足･口を中心に水ぶくれが生じ、微熱や咽頭痛が出る場合もある
ヘルパンギーナ	急な高熱と口内発疹(水ぶくれ)、咽頭痛などの症状
プール熱（咽頭結膜熱）	高熱をはじめ、喉の炎症による痛み･腫れ、目の充血などの症状
流行性角結膜炎（はやり目）	目の痛み･かゆみ･腫れ･充血･目ヤニなどの炎症を引き起こす

【秋に流行しやすい感染症】

病名	特徴
溶連菌感染症	症状は発熱や咽頭痛が中心。舌の表面や口内に赤いブツブツとした腫れものが出現 咳･くしゃみ･鼻水などの症状があまり出ない
RS ウイルス感染症	発熱･鼻水･咳などの症状が数日続くが、一般的に軽症のまま自然治癒。 風邪と似ているが重症化により細気管支炎や肺炎へ移行するケースあり
マイコプラズマ肺炎	発熱や頭痛などの風邪と同じ症状から始まり、痰のからまない乾いた咳が長引く 解熱後も咳が続き、場合によっては重篤な肺炎や合併症を引き起こすケースあり

【冬に流行しやすい感染症】

病名	特徴
インフルエンザ	高熱･関節痛･筋肉痛･頭痛などを中心に、咳や鼻水などの症状を伴う呼吸器感染症
感染性胃腸炎（ノロ・ロタウイルス）	嘔吐･下痢･腹痛といった消化器症状に加え、発熱などもみられる

★★★　予防策　★★★

① 手洗い・うがい、マスク着用などの基本対策を徹底しましょう！
② 免疫力を高めるため、十分な睡眠と栄養バランスを心掛けしましょう！
③ ワクチン接種をしましょう！！
④ 換気と湿度管理を行いましょう！

加東健康福祉事務所