

ヘルパンギーナの症状・原因・治療



夏に流行するヘルパンギーナ。高熱と咽頭痛が特徴で、高熱による倦怠感なども見られます。ヘルパンギーナの症状、原因、治療法、予防法について説明します。

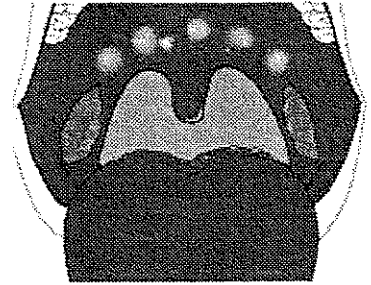
ヘルパンギーナの症状

夏に流行するヘルパンギーナは、夏風邪の代表格ともいえます。主な症状は以下の通り。

突然の39℃以上の高熱が2日～4日続く

ノドの痛み(咽頭痛)

ノドの奥を見ると、周りが赤く、中心に水を持った水疱が半円を描くようにできているのが確認できます。水疱が破れると、白い口内炎のような潰瘍になり、痛みが出てきます。5～8月頃に、咳や鼻の症状を伴わない、突然の高熱で患者さんが小児科を受診された場合、私もまずこの病気を考え、ノドを見るようにしています。よだれが多いことで気づけることもあります。



ノドの当たりに半円を描くように口内炎ができます。

まだうまく症状を伝えられない子供の場合、以下のような様子の変化があります。

不機嫌

食欲不振、水分と取らない

ミルクや母乳を飲まない

突然の高熱のため脱水の危険もあり、熱性けいれんを起こすこともあります。ヘルパンギーナは4歳までに多くかかります。丁度、熱性けいれんの多い年齢ですので、突然高熱になって熱性けいれんの原因の1つになります。

…熱性けいれんの症状・治療・予防

ヘルパンギーナの原因

コクサッキーウイルスが原因で起こります。少し専門的ですが、コクサッキーウイルスはピコルナウイルスというウイルスに分類され、これはポリオウイルスの親戚です。A群とB群に分けられ、ヘルパンギーナの原因は、A群コクサッキーウイルスです。まれにB群コクサッキーウイルスやエンテロウイルスのこともあります。

ヘルパンギーナの感染経路・潜伏期間

主に便を介した接触感染と、ツバから感染する飛沫感染によって感染します。感染力が強いのは発熱時ですが、熱が下がっても2～4週間もの間にわたって、便からウイルスが出てしまいます。この間も感染力があるので、トイレ後の手洗いなどを徹底する必要があります。ウイルスが体内に感染して発症するまでの潜伏期間は2～4日です。

ヘルパンギーナの治療法・薬

現時点では、ヘルパンギーナの原因であるコクサッキーウイルス、エントロウイルスに対する特効薬はありません。

症状を和らげる方法として、解熱剤を使って熱を一時的に下げたり、水分補給を行い、脱水にならないように努めます。ヘルパンギーナは夏に流行するので、熱中症対策も併せて、水分補給が大切になります。詳しくは「熱中症の予防・対策」を併せてご確認ください。

牛乳や卵のアレルギーがない場合は、アイスクリームはノドを冷やし、カロリーも取れるので勧めています。氷も水分補給になります。



ノドごしのよいゼリーなどがいいかもしれません

ヘルパンギーナの合併症

ほとんどは4日以内の発熱とノドの痛みのみで治りますが、まれに、無菌性髄膜炎、急性心筋炎などを合併することがあります。

■無菌性髄膜炎

頭痛、嘔吐、頸の後ろの痛みなどが起きます。1時間に4～5回以上嘔吐し、激しい頭痛を訴える場合は医療機関を受診しましょう。

■急性心筋炎

血液が全身に流れなくなるので怖い病気です。急に心臓の働きが悪くなり、血圧が下がったり、不機嫌で元気がなくなったり、顔色が悪くなったり、高熱の割に心臓の拍動が遅いなどの症状が出た場合、すぐに医療機関を受診しましょう。ただし、急性心筋炎はB群コクサッキーウイルスで起こりやすい合併症で、ヘルパンギーナで起こることはまれです。

ヘルパンギーナの予防法

一番の予防法は、ヘルパンギーナに感染している子供との接触を避けること。後は、うがいや手洗い、手指の消毒を行うことが有効です。便からウイルスが出ているので、手洗いは十分しましょう。

ヘルパンギーナの登園・登校・出席停止

ヘルパンギーナに一度感染すると、子供の便からは1ヶ月近くもウイルスが排泄されます。しかし、隔離と言う意味で、登園禁止、登校禁止をする必要はありません。

ヘルパンギーナはほとんどが軽症なので、登園・登校については、流行を阻止するためという目的ではなく、本人の状態によって決められます。小児科医をしているとよく聞かれますが、感染した本人が元気であれば、登園・登校は可能です。トイレ後の手洗いなどを徹底されるようにして、周囲への感染を予防しましょう。