

# 夏かぜにご用心！

★**夏かぜ**：夏に流行するいろいろなウイルス感染症の総称です。主な症状は、発熱、発疹、下痢などで、代表的なものにヘルパンギーナ、手足口病、咽頭結膜熱があります。多くは問題なく治りますが、時に無菌性髄膜炎、脳炎、心筋炎などの重い合併症を引き起こすことがあります。

①ヘルパンギーナ：熱がでて、口のなかに水疱や潰瘍ができます。痛みのために食べにくくなり、よだれが多くなったりします。コクサッキーウイルスA群が原因です。



②手足口病：名前のように手のひら、足の裏、口の中に水泡ができます。時におしりや膝にもできます。口のなかの痛みのため食べられなくなることもあります。原因は、コクサッキーウイルスA16型あるいはエンテロウイルス71型などです。



③咽頭結膜熱：別名プール熱です。発熱、咽頭炎、結膜炎が主な症状です。高熱が一週間近く続くことがあります。アデノウイルス感染症で3型・7型がこの原因です。水泳は、熱がでてから2週間はできません。



④無菌性髄膜炎：発熱、頭痛、嘔吐が主な症状です。入院治療が必要ですが、ほとんど後遺症を残さず治ります。原因となる夏かぜウイルスは、エコーウイルス7型、9型、30型、エンテロウイルス71型などです。

★**夏かぜ予防**：疲労を避け、無理をせず、十分に睡眠をとりましょう。生ものの摂取は控えて、バランスのよい食事をとりましょう。また、かぜをひいた人となるべく接触しないようにしましょう。

★**もしかかったら**：夏かぜの特効薬はありません。対症療法が中心になります。安静第一、早めにお医者さんにかかりましょう。