

そろそろ「夏かぜ」の季節です！



6月に入り、本格的な梅雨の季節が近づいてきました。さてこの頃から夏かぜと診断されるお子さんも増えてくるころですが、「夏かぜ」とはそもそも何でしょうか？これから暑い季節に流行する夏かぜについてのお話です。

Q1. 夏かぜとはどのようなものですか？

かぜは冬にかかるものと考えがちですが、夏の時期にかぜの症状をおこすウイルス感染症があり、これを一般的に夏かぜといいます。代表的なものが手足口病、ヘルパンギーナ、アデノウイルス感染症（プール熱を含む）です。

Q2. なぜ夏に流行するのですか？

冬に流行するかぜのウイルスは寒さや乾燥を好みますが、夏かぜのウイルスは高温・多湿を好むため、梅雨から夏にかけて流行します。

Q3. 手足口病、ヘルパンギーナの原因は？

手足口病とヘルパンギーナの原因は、ともにエンテロウイルスやコクサッキーウイルスで起こります。症状は少し違いますが、すごく近い親戚のようなものです。両ウイルスともたくさんの種類がありますので、何度でもかかります。

Q4. アデノウイルス感染症とは？

アデノウイルス感染症のなかで、目が赤くなり高熱が出るものをプール熱（咽頭結膜熱）と呼びます。夏に流行することが多いですが、冬にもみられます。アデノウイルスは、49種類もありますので、何回でもかかります。

Q5. 夏かぜの症状は、どんな特徴がありますか？

熱やのどの痛みにくわえて、嘔吐や下痢などの胃腸症状が多いのも特徴です。これは夏かぜのウイルスは腸でも増殖するためです。また発疹がでることが多いのも特徴で、赤ちゃんがかかると小さな赤い発疹が体や頬にでることがあります。

Q6. どのような合併症がありますか？

夏かぜのウイルスの一部は脳や脊髄神経に影響を与え、髄膜炎を起こすことがあります。髄膜炎の症状は激しく頭を痛がったり、何度も嘔吐するなどがあります。このような症状がある時には、早めに受診しましょう。また頻度はまれですが、心筋炎を合併することもあり注意が必要です。

Q7. 治療は？

夏かぜに特効薬はなく、ワクチンもありませんので対症療法が中心です。解熱剤や痛み止めで楽にしてあげて下さい。そして安静にして栄養や水分を十分に取らしましょう。食事はのどごしの良いやわらかいもので、味付けは薄めの方がよいです。嘔吐や下痢を伴うときは消化に良い食べ物をお勧めします。

Q8. 予防には何が大切ですか？

夏かぜは冬の感染とは異なり咳、くしゃみによる飛沫感染ではなく、「接触感染」「経口感染」が多くみられます。そのため、特に症状がひどくなりやすいアデノウイルス感染症では「手洗いをよくすること」「タオルの使いまわしはしないこと」「できるかぎり隔離をすること」で、大きな予防効果が期待できます。

