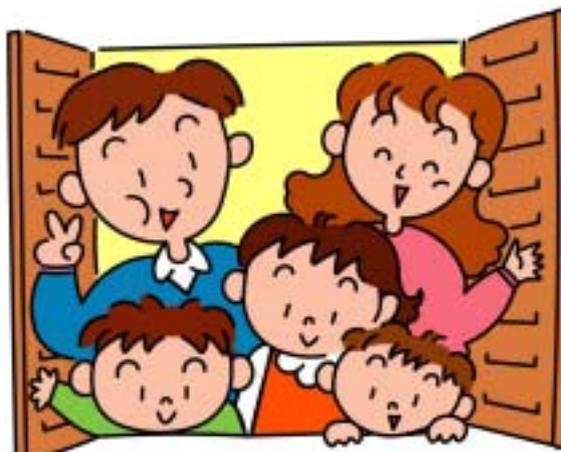


保育士研修会（H18.1.13）資料

子どもの健康と感染症予防

子どもの知っておきたい感染症

子どもの不慮の事故を予防しよう



岩手県環境保健研究センター 保健科学部 笹島 尚子

子どもの 知っておきたい 感染症

感染症はウイルスや細菌などが体内に入っておこる病気で、病気になってから治療するよりも、予防するほうが大切です。予防接種があればそれを受けることが第一ですが、毎日の生活の中で手洗い、うがいなど清潔を心がけて病原体を寄せ付けない、感染しても発病しない抵抗力をつけることなどが重要です。

子どもの感染症の特徴

生後6ヶ月頃には母体からの免疫力が下がり、自分の体力で免疫をつくりはじめます。

そのため6ヶ月頃までは感染症にかかりにくいものの、その後は十分な免疫力がなくなるとともに、人と接する機会が増え、感染症の危険性が高まります。

症状から見た感染症

呼吸器系（飛まつ感染）：患者のせきやくしゃみなどの病原体が飛び散って体内に侵入します。（かぜ症候群・気管支炎・肺炎・結核等）

消化器系（経口感染）：病原体に汚染された飲食物・生水により感染します。（赤痢・サルモネラ・大腸菌0157・ノロウイルス・カンピロバクターなど）

発疹のする感染症：発疹の出る感染症は感染力が強く接触者の多くに感染する可能性があります。（はしか・風疹・突発性発疹・水ぼうそうなど）

突発性発疹

流行時期：通年

症状

主に生後1歳未満の乳児がかかる病気で、3-4日間くらい38度~40度代の高熱が続き、熱が下がるのとほぼ同時に全員に赤い斑点の発疹がでるのが特徴です。発疹がでるのは熱が下がったその日か翌日で、発疹がでるまではっきりとした診断が付きません。少し盛り上がった発疹が主に手足以外の全身にでますが、2-3日で消えます。下痢になることが時々ありますが、咳、鼻水はほとんどでないのが普通です。熱が高いわりに食欲があり機嫌も悪くないようです。

看護と治療

脱水症状を防ぐために、水分は十分に与えましょう！
発疹、下痢、熱性けいれんに対するケアをしましょう！

予防

人にはうつらず、予防法は特にありません。
ひきつけがある場合には、医療機関に相談しましょう。
発症後1週間前後で回復します。



水ぼうそう（水痘）

流行時期：以前は初冬から春・現在は季節なし

症状

発熱と同時に、全身に赤い小さな水疱ができます。熱はあまり出ないこともあります。まれに、肺炎や脳炎になることがありますが、一般的には重症化することは少ないです。潜伏期間は 2-3 週間ぐらいです。一日いっしょに遊んでいたら 30%、兄弟なら 70%の確率でうつると考えてください。

带状疱疹と水痘は同じウイルスです。小さい頃にかかった水痘のウイルスが何十年もの間、からだの神経節というところに潜んでいて、体力がなくなったことをきっかけにウイルスが活動したものが带状疱疹です。

看護・治療

化膿と二次感染を防ぐために、つめを短く切る、搔かない、肌着を取り替え清潔にしましょう。ひっかいて細菌感染をおこすと、とびひ状態になってしまいます。入浴は熱が高くなければ大丈夫ですが、水疱がつぶれて化膿している時は、入浴は控えて受診をお勧めします。

治療はかゆみ止めに抗ウイルス薬などを用います。周囲にうつりますので、水疱がかさぶたになるまでの 1 週間ぐらいは、登園、登校できません。発症後 1-2 週間でおひさま。

予防

予防接種を受けて予防する。感染力が強いため、手指の清潔を心がける。



はしか（麻疹）

流行時期：不定期

症状

鼻水やのどの痛み、咳の風邪症状、目の充血などをともなって、2-3 日間ぐらい熱が出た後に、いったん熱が下がりますが、そのあと 40 の熱をともなって全身に赤い斑点の発疹がでます。発疹が出る 1-2 日前から、コプリック斑という口内に白いケシのみ大の斑点できて初めて診断がつきます。4-5 日で発疹はひいてきますが、黒っぽい感じはしばらく残ります。脳炎、肺炎、中耳炎を合併することがありますし、比較的重症化する疾患です。潜伏期間は 9-12 日ぐらいです。

看護・治療

高熱時には安静にし、氷枕などで冷やす、発熱、咳には抗菌薬などでの対症療法をします。また、肺炎、脳炎など重篤な症状を起こすことがありますので、常に入院のことを念頭においておく必要があります。

予防

比較的重症な病気ですので、予防接種はなるべく早期に行ないましょう。予防接種の有効率は 98%位です。副作用として接種後 9-12 日以降に発熱することがありますが、通常は 1-3 日で下がります。また、感染後 6 日以内であればガンマグロブリン注射で発症を予防することができます。平成 18 年 4 月 1 日に予防接種法が改正されます。詳細は風疹の予防 参照。

おたふくかぜ（流行性耳下腺炎）

流行時期：以前は初冬～春・現在は季節なし

症状

発熱と同時に耳の下側が腫れてきて、だんだん腫れがひどくなり、痛みをましてきます。60-70%は両側が腫れますが、片方のこともあります。腫れるのは、耳下腺といって唾液を出すところですが、唾液を出すところは耳下腺以外に顎下線といって顎の下も腫れる事があります。10-20%は軽い無菌性髄膜炎になっているといわれ、侮れない病気です。頭痛や吐気と言った症状にも十分注意しましょう。しかし、入院になるのは2-3%位です。また、大人になってから罹ると、5-10%ぐらいに睾丸炎、副睾丸炎が起こります。

潜伏期間は2-3週間くらいです。

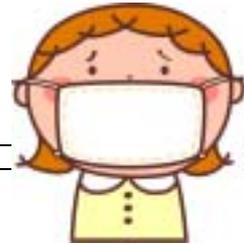
看護・治療

特に急性期は、味の濃いものは痛みを増強するので控えましょう。また、顎を開くのに痛みがありますので、流動食や柔らかいものにしましょう。

安静にして痛み、高熱が続く時は、鎮痛解熱剤などによる対症療法を行ないましょう。

予防

予防接種による予防。周囲にうつしやすいので、腫れがひくまでは登園、登校をひかえましょう。



手足口病

流行時期：夏～秋ですが、最近は冬にも・・・

症状

手足と水泡と口内炎ができる夏風邪の一種で、5-8月ぐらいに流行します。手と足と口に水泡ができるのがこの病気の主な症状ですが、最初の1-2日に熱が出ることもあります。ただし、熱といっても38度の熱ができる子どもは全体の30%ぐらいで、半分ぐらいの子どもは熱がでません。水泡はかゆみがでず、軽い痛みを感じることがあります。3-5日で消えてしまいます。また、ごく稀に髄膜炎になることがあるので、注意が必要ですし、口の中の発疹がひどいと、食事がとれなくて脱水傾向になることがあるので、併せて注意が必要です。

潜伏期間は3-7日くらいです。感染経路は風邪と同様、鼻汁、唾液、便などです。

看護・治療

ウイルス感染症ですので、他の子どもにうつる可能性があります。ただし一度かかると鼻汁から2週間、便から4-5週間もの間ずっとウイルスを排出し続けるため、あまり厳密な隔離は困難です。幼稚園など集団生活では他の子への影響がありますので、登園、登校については、小児科医に相談しましょう。

予防

予防接種はありません。手足口病を起こすウイルスは1種類ではありません（主なものは2種類ですが10種類以上です）ので、何度もかかる可能性があります。大人に感染すると痛みを感じる人が多いようです。便から感染しますので、手洗いはしっかり行ないましょう。

りんご病（伝染性紅斑）

流行時期：通年・秋～春

症状

うつってから約1週間で、咳・鼻汁・微熱などの軽い風邪症状がでます。その1週間後くらいに、頬を中心にした顔に赤い発疹がでます。その翌日頃に手足にも同じ発疹が出ることも多いです。人にうつるのは最初の風邪症状が出たときだけで、発疹が出たところには人には全くうつりません。紅斑が出たときに隔離しても意味がありません。潜伏期間は7-24日。

大人がかかると、関節炎が起こって、全身の関節痛がしばらく続くことがあります。

看護・治療

発疹が出た頃には治療の必要はありません。発疹は痒い時がありますので、その時は痒み止めを処方してもらいましょう。また、発疹がひどいときは、お風呂に入ると痒みが強くなったり赤みがましますので、湯船につからず、軽くシャワーで汚れを流す程度がよいでしょう。日光に当たることも発疹がひどくなる要因ですので、気をつけましょう。

予防

予防接種はありません。一度かかれば二度とかからない可能性が高いといわれています。人への感染力があるのは発疹のでるまえなので、なかなか予防は困難といえます。

風疹（三日はしか）

流行時期：春～初夏がピーク

症状

発疹は、胸や顔から始まって少しずつ広がり、4-5日ですだんだんひいていきます。発疹が出るころに、多少熱がでることもありますが、半分以上の方はでません。耳の後ろや首のリンパ節が腫れるのが特徴で、関節が痛くなることがあります。潜伏期間は2-3週間です。治るまでの期間は約4-5日です。

看護・治療

周囲にうつす可能性がありますので、完全に発疹が消えるまでは登園、登校できません。

特に心配なのは、妊娠中に風疹にかかると高率で奇形児が生まれる可能性がありますので、妊娠中の方には近づけないようにする、流行しないようにきちんと患児を隔離することが必要です。

予防

風疹の予防接種はその子が風疹にならないようにするよりも、風疹の流行を防ぐ意味が強いです。

平成18年4月1日より予防接種法が改正されて麻疹、風疹の混合ワクチンを2回接種する方法にかわります。1回目は生後12ヶ月～24ヶ月、2回目は小学校就学前の1年間です。ただし、どちらか一方を受けた人は混合ワクチンの対象外です。また、両方終了した人は接種の必要はありません。



溶連菌感染症

流行時期：不定期

症状

溶血性連鎖球菌という細菌が、のどについて起こる病気です。高熱があり、のどや扁桃腺は真っ赤になって点状の粘膜下出血をおこし、舌もいちごのように赤くぶつぶつになります。

診断は、のどを綿棒でぬぐう10分くらいの検査で簡単につきます。潜伏期間2-7日です。

この病気のやっかいなところは、たまに、腎臓が悪くなることがあることです。また、まれな合併症としてリウマチ熱などがあります。医師の指示に従い治療をしましょう。

看護・治療

感染力が強いので、感染者に近づかないことが必要です。ただウイルスではなく細菌による感染なので、水ぼうそう、おたふくなどよりはうつりにくいようです。

治療は抗生物質を10日-2週間のみ続けます。症状がなくなっても医師の指示に従いましょう。登園、登校は熱が下がってのどの赤みがとれたら大丈夫です。抗生物質の効果があれば、3-4日でよくなります。あとは薬を飲みながら通園、通学をしましょう。

予防

予防接種はありません。

しかも、一度かかっても免疫はできないので、何度でもかかる可能性があります。

細菌による感染ですので、まめな手洗い、うがいを心がけましょう。



感染症を防ぐ日ごろのこころがけ

1 予防接種を受けましょう！！

いろいろな病気に予防接種があるので、法律で定められた定期接種以外でも、流行の恐れがあるときは積極的に受けましょう！



2 手洗いとうがいをしましょう！！

家族みんなが、外出から戻ったら必ず手洗いとうがいをする習慣をつけ、身のまわりを清潔にして病原体を寄せ付けないようにしましょう！



3 食べ物の好き嫌いをなくそう！！

食べ物の好き嫌いをなくし、栄養のバランスのとれた食事をしましょう。特に、たんぱく質やビタミン類が不足しないように注意しましょう！



4 あまり厚着をさせない

むやみに厚着をさせると皮膚や粘膜の抵抗力が低下して、病原体に感染しやすくなるので、薄着の習慣をつけましょう！

5 からだを動かし抵抗力をつけましょう！！

戸外で元気に運動したりすると、からだに抵抗力がついて、病原体に感染しても発病しにくいです。発病しても軽くすみます。

6 疲れをためず十分休養しよう！！

寝不足が続いたり疲れがたまっていると、からだの抵抗力が低下する。疲れが出たら早めに寝かせ、十分に休ませるようにしよう。