

## 夏かぜ

緑2



夏かぜはふつうのかぜとどう違うの？ ケアの難しさから治りにくいといわれる「夏かぜ」について知っておきましょう。



### 夏に流行るかぜの総称。高熱が特徴

夏かぜは、夏に流行るかぜの総称です。

夏にひくふつうのかぜと、ヘルパンギーナ、プール熱、手足口病など、高温多湿を好むかぜウィルスの感染で起こるかぜを指します。

症状の特徴は高熱です。ときには 40 度以上の高熱が急に出ます。冬のかぜと違って、鼻水やせきはありません。治りにくいといわれる原因是、夏は体を冷やしがちだったり、冷たいものを飲むことが多かったり、暑さで食欲が落ちたりと体力が消耗しやすいためでしょう。



### 代表的な3つの夏かぜと症状

	プール熱	手足口病	ヘルパンギーナ
原因	アデノウイルス	エンテロウイルス、コクサッキーウィルス (2~3回かかることがある)	
潜伏期間	5~7日	3~6日	
発症期間	3~5日	2~4日	
感染経路	咳やくしゃみ、タオルの共有、おむつ交換など *プールなど水を介して 感染が広がることが多い のが名前の由来	咳やくしゃみ、タオルの共有、おむつ交換など	
主な症状	38~39 度の発熱、のどの痛み、結膜炎、腹痛、下痢など	手や足、口内を中心に水疱を伴う発疹が出る、37~38 度の発熱、のどの痛み、食欲低下など	40 度以上の急な発熱、口内の赤や白の発疹、強いのどの痛み、口内炎の痛みによる食欲低下など



ヘルパンギーナは、1歳以下の子がかかると水分がとれずに脱水になりやすいので、ぐったりしているときはすぐに小児科へ。  
2歳以上で水分がとれていれば耳鼻科で口内炎の治療を！  
熱が下がって食欲が回復すれば登園・登校できます。



## つらい口内炎はがまんしないで早めに耳鼻科へ

夏かぜはのどの痛みを訴えることが多いので、受診するのは耳鼻科でもかまいません。手足口病やヘルパンギーナは高熱が出て全身状態が悪くなる上、のどの痛みはつばも飲み込めないほど強いことがあり、口内炎がしみて食事が困難になるので脱水も心配です。かぜに特効薬はないので、症状に合わせて薬を処方します。口内炎は薬で痛みをかなり抑えることができます。水分と食事がとれると治りが早くなるので、患部にきちんと薬が効くように部位によって使い分けることが大事です。症状に合った口内炎の薬をお出ししますので、がまんしないで早めにご相談ください。

### ● 口内炎の薬

口内炎が出ている場所	薬のタイプ	使い方、注意
唇や唇の端	軟膏タイプ	時間が経ってカサカサになると上手く塗れなくなるので必ず使い切る。
歯茎と唇の間	錠剤タイプ	貼り付いて患部に留まる。
口の奥の方	スプレータイプ	口の奥の口内炎にも使いやすい。



口内炎は痛いし辛い(涙)。  
耳鼻科で薬を出してもらえるんですね。

内科や小児科にかかっているけれど、  
口内炎が辛いというときは耳鼻科へどうぞ。ふつうのかぜでも口内炎が出ることがあるので、早めに受診して診断をつけると安心ですよ。



もろほしクリニック  
三鷹もろほし耳鼻咽喉科  
吉祥寺もろほし耳鼻咽喉科

