

# 手足口病とは

土浦保健所  
保健指導課  
令和5年7月作成

夏の3大夏風邪といえば、手足口病、ヘルパンギーナ、咽頭結膜熱と言われています。手足口病は、夏から秋にかけて流行が毎年生じ、特に乳幼児に好発します。そのため、保育園や幼稚園では手足口病にかかる園児が急激に増加します。今回は、手足口病についてご紹介いたします。

## ～手足口病とは～

感染経路は飛沫、接触感染です。感染してから、3～5日後に、口の中、手のひら、足底や足背などに2～3mmの水疱性発疹が出ます。発熱は約3分の1にみられますが、軽度であり、38℃以下になることがほとんどです。合併症としては、髄膜炎、小脳失調症、急性弛緩性麻痺、脳炎などの中枢神経系疾患が挙げられますので、手足口病にかかったこどもの経過を注意深く観察し、合併症に注意をする必要があります。



**Q：手足口病にかかったら、保育園や学校は欠席したほうがいい？**

A：手足口病は、法律によって出席停止の期間が定められている疾患ではありません。厚生労働省作成の保育所における感染症対策ガイドラインでは、「発熱や口腔内の水疱の影響がなく、普段の食事がとれる」ようになることが、手足口病の登園目安となっています。保育園や幼稚園に登園するときには、熱がなく問題なく食事がとれることを登園目安としましょう。

一方で、保育園や幼稚園によっては、集団感染を防ぐ目的で明確な登園禁止期間を設けている施設もあります。手足口病にかかったら、通っている保育園や幼稚園に出席停止期間や登園基準が決められているか確認してみましょう。

**Q：感染予防のためにはどうすればいいですか？**

A：手洗いの励行が重要になります。特に排便後、おむつ交換後の手洗いを徹底しましょう。手洗いは、流水と石けんで十分に行いましょう。手足口病は手洗い後のタオルを介して感染するケースがありますので、タオルの共用はやめましょう。



**★いつもと体調が異なる場合には、無理をせず休息しましょう。**

参考文献

東京都感染症マニュアル 2018, 東京都新たな感染症対策委員会, 東京都, 306-307.