



# 子どもの「三大夏風邪」にご注意せ!!

項目	病名	手足口病	ヘルパンギーナ	咽頭結膜熱(プール熱)
流行時期		夏季・7月ピーク	6~8月	6月末~夏季
かかりやすい年齢は?		2~3歳	0~4歳	1~5歳
どんな症状?		熱 1~2日 手のひら、足の裏、 口の粘膜などに 5~7mmの水疱 	熱 1~3日 のどに1~数mmの 水疱 水疱が破れて、口内炎 のどの痛みで食べられ ず脱水 	熱 4~5日 のどの痛み 目の充血、目やに 頭痛、食欲不振 
どうやってうつるの?		くしゃみ 唾液・鼻水などのつ いたおもちゃの貸し借 り おもむつを替えた後の手	くしゃみ 唾液・鼻水などのつ いたおもちゃの貸し借 り おもむつを替えた後の手	咳・くしゃみ タオルの共有 消毒不十分なプール
かかってしまったら?	夏風邪のウイルスを治す有効な薬はありません。 休養と栄養、水分補給を行い、自分の持っている免疫力を高めウイルスがいなくなるまで待ちましょう。 もし具合が悪くなる場合には、早めに病院での診察を受けましょう。			
かからないようにするには?	基本は、「手洗い」と「うがい」 自分の免疫力を落とさないよう体力を維持する 流行っている場所に近づかない 吐いた物や下痢の処理をする場合には、マスクと手袋をする かかった人とタオルを共有しない			



## 夏風邪対応のポイント

