

手足口病



手のひら、足の裏、口の中に小さな水ぶくれができる病気です。おしりやひじ、ひざにできることもあります。痛みやかゆみがあることもあります。口の中が痛くて食べられなくなることがあります。治ってからつめが割れたりはがれたり、指の皮がむけたりすることがあります。
原因のウイルスがいくつもあるため、何回もかかることがあります。

家庭で気をつけること

水分 熱いもの、オレンジジュースなどは、しみるので避けてください。冷ましたおみそ汁・スープ、リンゴジュースなどがオススメです。コツは、少量を回数多く飲ませることです。脱水になっていないか、おしっこの回数・亮・色（濃くなっていないか）にも気をつけてください。

食事 口の中が痛いので、熱いもの、すっぱいもの、塩辛いもの、かたいものを避け、冷たくてのど越しのよいものを与えてください。冷ましたおじや、とうふ、やわらかくしたうどん、うらごししたバナナ、ゼリーなどがオススメです。

感染予防 1か月くらいは便の中にウイルスが出ているので、排便後やオムツ交換後にはしっかり手洗いをしてください。

入浴 高熱がなく元気であれば、入ってもOKです。



幼稚園・保育所・学校

熱がなく元気で、ふだんの食事がとれる場合は、登園・登校できます。



もう一度診察してね

- + 4日以上高熱が続くとき
- + 水分をあまりとらず、ぐったりしているとき
- + 吐き続けて、ぐったりしているとき



神戸百年記念病院 附属

すこやかクリニック

文献：医歯薬出版株式会社

「ママ&パパにつたえたい

子どもの病気ホームケアガイド」より