

# 水ぼうそう（水痘）



水ぶくれをもった赤い発疹が、全身（頭皮や口や陰部まで）に出ます。かゆみがあることが多いです。発疹は2～3日でピークとなり、その後は乾いて、黒いかさぶたになります。

**かゆいけれど** ひっかいてかきこわさないように、爪は短くしておきましょう。

**入浴** ぬるめのお風呂やシャワーでさっと汗を流しておくほうが、かゆみも少なく、化膿することも少ないです。石鹸やシャンプーは肌に直接つけずに、よく泡立ててから、手で優しく洗いましょう。

**食事** 口の中にできると痛いので、食欲がないのは仕方ありません。水分を十分にとって下さい。熱いもの、すっぱいもの、塩辛いものなどは避けて下さい。また、かたいものも嫌がる場合があります。

**外食** 熱がなくて元気でも、発疹がすべてかさぶたになるまでは外出しないで下さい。



幼稚園・保育所・学校

発疹が全てかさぶたになるまでは出席停止です

もう一度診察してね

- + 4日以上熱が続くとき
- + 発疹が赤く腫れて化膿したとき
- + ぼんやりしているとき、ぐったりしているとき、元気がないとき



神戸百年記念病院 附属

すこやかクリニック