

夏本番です。暑さのために食欲がなくなったり、体力の消耗が激しく、体調を崩しやすい時期です。元気に夏を乗り越えるために、水分補給と体調管理を十分に行っていきましょう。夏に流行するいろいろな病気についてお知らせ致します。

●あせも（汗疹）

乳幼児は、新陳代謝が活発で大人の3倍汗をかきます。汗をかいて放置すると、あせもができやすくなります。子どもの汗腺（全身にある汗が出る腺）の数は、大人と一緒です。皮膚の面積に対し汗腺の密度が高いこともあせもの原因です。毎日入浴をして皮膚を清潔にしましょう。入浴時には、ボディタオル等で身体を洗うのではなく、石鹸をつけた手で洗うのが理想的です。もし、あせもが出来てしまったら早目に皮膚科を受診しましょう。

【対策】皮膚を清潔にして、洋服は通気性・吸収性が良いものを。

着替え・おむつ替えはこまめにしましょう。

●とびひ（伝染性膿痂疹）

主としてブドウ球菌の感染によることをいいます。虫刺され、あせも、湿疹などを引っ掻いてとびひになります。

【対策】早目に受診をしてうつらないよう注意しましょう。爪は短く切りましょう。

●ヘルパンギーナ

コクサッキーウイルスによっておこるもので、口のなかの粘膜に発疹ができて高熱がでます。発疹はただれて潰瘍になります。

【対策】早めの診察をして、刺激の少ない喉越しの良いものを食べましょう。

●手足口病

病名の通り手足口に複数の水泡ができる感染症です。発熱はあっても38℃以下がほとんどで、下痢を伴うこともあります。口の水泡が破れて潰瘍ができると、食事ができなくなることがあります。

【対策】予防は手洗いやうがい基本です。

●咽頭結膜熱

これは咽頭扁桃炎や結膜炎をおこして高熱がでます。アデノウイルスの感染によっておこります。プールで感染することがあるのでプール熱ともいわれています。

【対策】感染力が強いです。早目に診察を受けましょう。