■ヘルパンギーナ(学校感染症　第３種)の流行に要注意です

千葉県感染症情報センターの発表では、2023 年第 26 週(6/26～7/2)に県内の小児科定点医療機関から報告されたヘルパンギーナの定点当たり報告数は 7.63 人(図 3)。地域別では、県下 16 保健所中 10 保健所管内(野田、柏市、松戸、市川、船橋市、習志野、千葉市、印旛、海匝、君津)で定点当たり報告数が警報レベル(開始基準値:6.0、終息基準値:2.0)にあり、全県的な流行が見られていると報告されています。特に報告数が多かった地域は順に、①船橋市(11.5)、②海匝(10.5)、③千葉市(10.0)で、千葉科学大学のある海匝保健所管内は２番目の多さとなっており、警戒が必要です。

図3:2019年～2023年第26週のヘルパンギーナの定点当たり報告数の推移

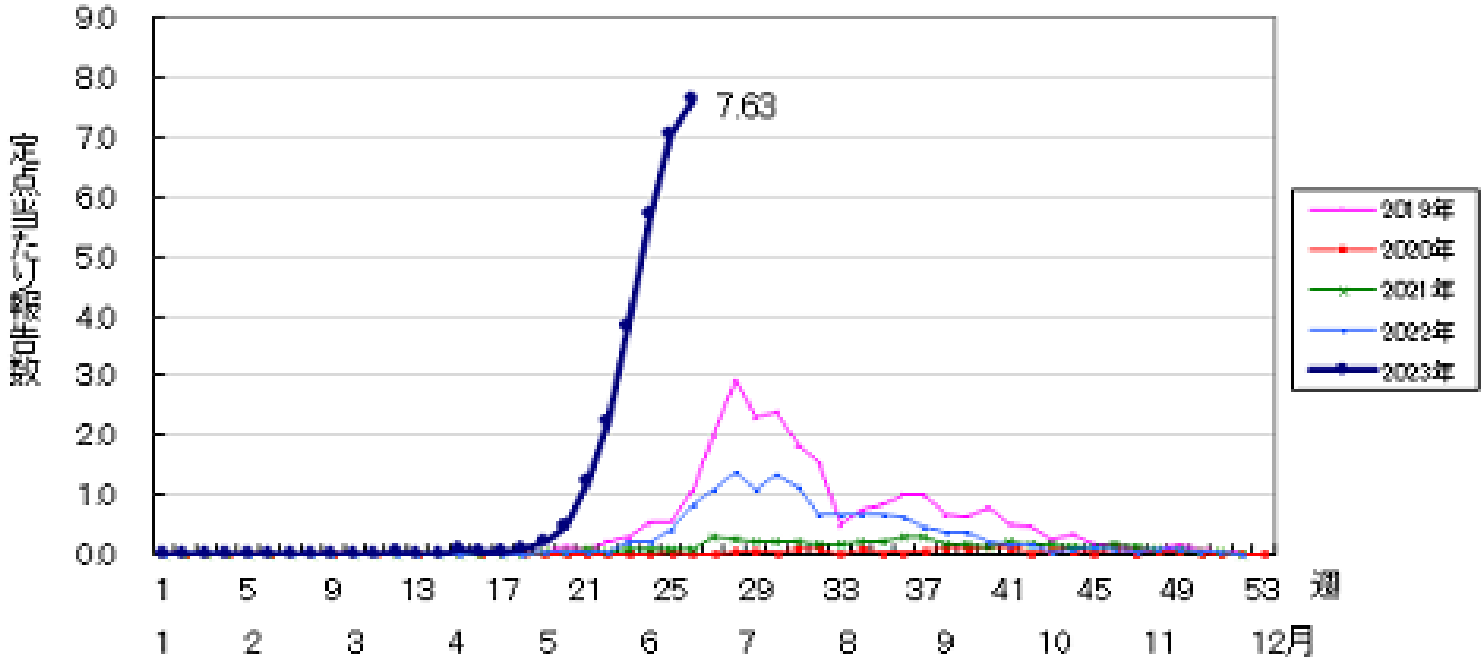
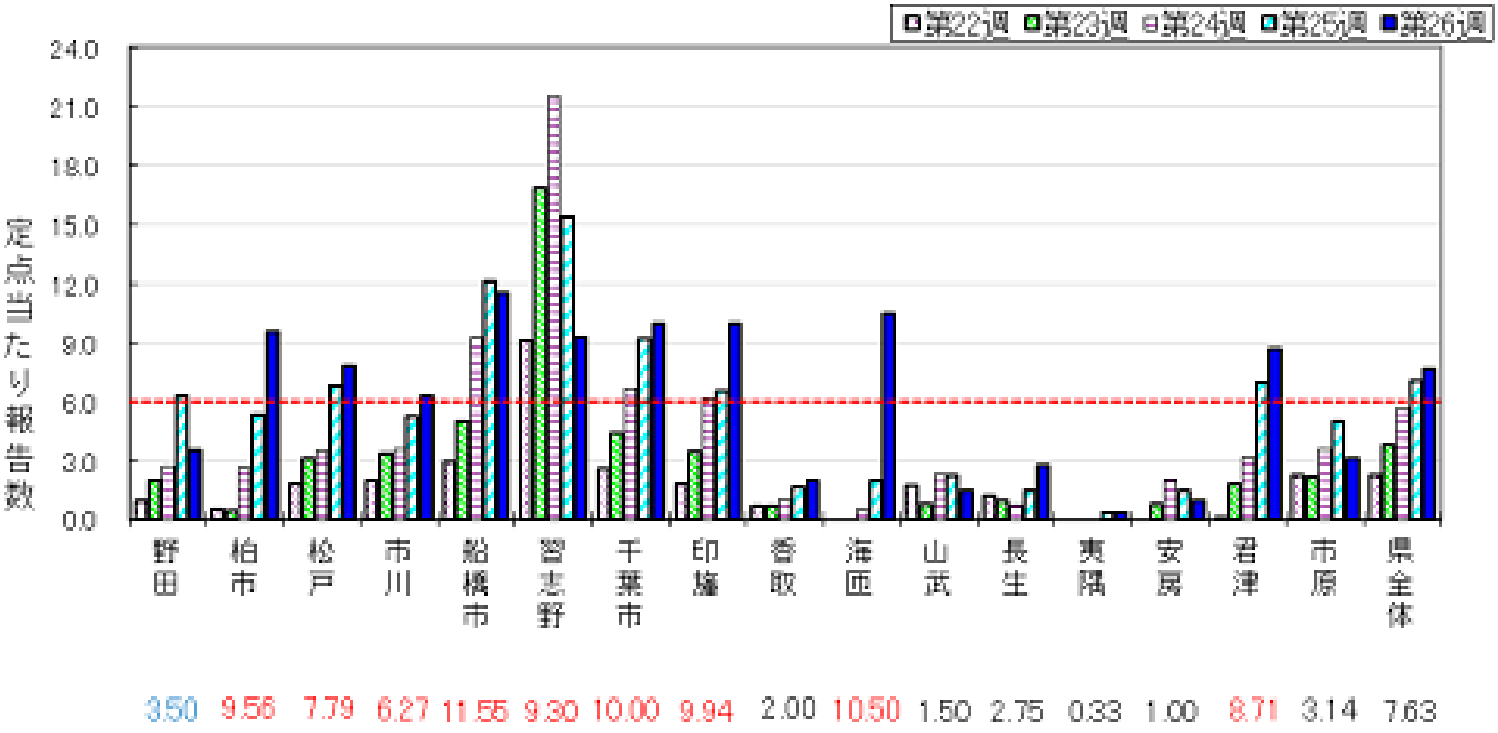


図4:直近5週間の保健所別のヘルパンギーナの定点当たり報告数



■ヘルパンギーナの原因

ヘルパンギーナは夏に増えるエンテロウイルスにより引き起こされる感染症です。エンテロウイルスとは、ポリオウイルス、コクサッキーウイルスA群、コクサッキーウイルスB群、エコーウイルスなどのウイルスの総称です。
このうち、ヘルパンギーナを引き起こすのは多くの場合、コクサッキーウイルスA群ですが、コクサッキーウイルスB群、エコーウイルスにより発症することもあります。
夏に子供を中心に流行する手足口病も、このエンテロウイルスによる感染症の１つです。

■ヘルパンギーナの症状

ペンパンギーナの症状は、発熱と口腔粘膜に現れる水疱性の発疹です。
大人でも体調不良で免疫力が下がっている時にペンパンギーナを発症する場合があります。子供よりも症状が重く、完治までに日数がかかる傾向があります。
ウイルスに感染すると 2～4 日の潜伏期間を経て 39℃以上の発熱症状が現れます。発熱症状が出てからは喉の奥が赤く腫れ、口の中の喉の上側に小さな水疱できます。その水疱が破れて、治るまでの1週間ほどは強い痛みがあります。熱はおおよそ 1～3 日程度で下がりますが、喉の痛みのために食事が取れず、脱水症状を起こすこともあります。その場合には、入院して点滴などの治療を受けることもあります。
ウイルスの増殖を止める特効薬が存在しないので、解熱剤や痛み止めで症状を和らげつつ、塩味や酸味、辛味は避けて薄味で柔らかい物を選んで食事を摂り、水分を補給して快復を待つしかありません。

■予防のポイント

ヘルパンギーナには予防接種がありませんので、感染経路ごとの予防が欠かせません。
ヘルパンギーナの感染経路は以下の通りです。

飛沫感染	くしゃみや咳をするときに出る飛沫によって感染
経口・接触感染	ウイルスが付着した物や人の手に触れることによって感染。また、感染者の便によって排出されたウイルスが口や眼の粘膜に入ることによって感染

これら飛沫感染や、経口・接触感染を防ぐには、日頃から
・外出後や食事前に石鹸で手洗いをする。
・咳やくしゃみの際にはハンカチやティッシュ、上着の内側や袖などで口・鼻を覆う「咳エチケット」の徹底。
・マスク着用などが有効です。

■まとめ

ヘルパンギーナは初夏の時期に流行する夏風邪の一種で、学校感染症です。罹患した場合には、健康衛生課まで報告をお願い致します。自己都合によらない欠席届の対象となります。
ヘルパンギーナには予防接種はないため、流行時期は感染経路ごとの予防が大切です。手洗いや咳エチケットを欠かさずに感染予防に努めてください。