ほけんだより　号外（手足口病）

令和５年４月20日　米須小学校　保健室　大城　麻希　発行

手足口病の発生がありますのでお知らせいたします。
学校保健安全法施行規則第 18 条の第三腫　その他の感染症となっています。
※登校の目安としては、熱もなく全身症状が軽快したら登校は可能です。手足口の発疹がでたら医療機関を受診し適切な処置をうけましょう。また、罹患した際は、学校へもお知らせ下さい。

主な症状～手足口病～

潜伏期間は３日～６日。手足末端、肘、膝、お尻などに水泡がみられるのが特徴。

症状が悪化すると、発熱と口腔・咽頭粘膜に痛みを伴う水泡ができる。食事がとりづらくなります。

飛沫感染、接触感染、経口感染（糞便）より感染しますので、こまめな手洗いをお願いします。原因となるウイルスが複数あるため、再感染することもあるようです。

潜伏期間４～６日

↓

発熱を伴う場合ある
（１日～３日）

手・足・口・
お尻などに発疹痛みも伴う
（２mm～５mm）

↓

●発疹は痛みを伴うのが特徴

手足口病の発疹の症状は、感染後３～５日後に出始めます。口の中、手のひら、足底や足背などに2～5mmの水疱性発疹が出て、水疱は痛みがあるのが特徴です。

３日～１週間で症状は軽快する
★全身症状が安定していれば登校

本人に発熱もなく、食事もとれていれば登校可能です。発疹が出ていても全身症状が良好であれば出席停止ではありません。

手足口病にかかったら

★刺激の少ない食事を

口の中に水泡ができると、しみるので飲食をいやがることがあります。なるべく刺激が少ない、消化のよい食事を用意するようにしましょう。

脱水に気を付け、水分をとるようにしましょう。

★発疹をさわらないようにしましょう。

触ったり掻いたりした場合、水膨れの中には、原因となるウイルスが存在しているため、潰してしまうと、感染が広がり、発疹の症状がひどくなり、治りが遅くなる可能性があります。発疹は、触らず、掻かないようにすることが大切です。

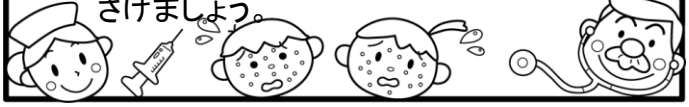
★手洗いをこまめにしましょう

罹患した子の鼻水・唾液・排便等にもウイルスはいますので、こまめな手洗いをしましょう。

また、ウイルスは便中に１か月程度排出されることも稀ではないため回復後も手洗いをこまめにお願いします。

手足口病の予防について

○手洗い・うがい
帰宅後・食事の前・トイレの後など

○手指・身の回りの消毒
ドアノブやスイッチなど共有部分の消毒をしましょう。

○食事やタオルの共有をさけましょう。
家族に罹患者がいるときは、共有をさけましょう。