

# その常識、間違っている!?

## 手足口病のホトのはなし



子どもの病気で  
大人は感染しない？

一度感染すれば  
免疫がつくので感染しない？

口内炎だと思っていたら  
手足口病ということもある？



監修 園 茂樹先生

小児科 園 茂樹先生  
宇部内科小児科医院院長、総合内科専門医、医学博士、1982年日本大学第一内科大学院修了、カナダ州立オンタリオがんセンター首席、群馬中央病院内科部長、千代田県方クリニック院長を経て現職。海外医学にも詳しい。総合内科専門医として幅広い診療をモットーとする。

取材協力：ティーバック株式会社

夏に流行する手足口病、症状の特徴や対処法について、正しい知識を身につけておく必要があります。今回は、総合内科専門医の園茂樹先生に、大人が手足口病に感染した場合の注意点や、似ている病気との違い、予防法などについてお聞きしました。

## 手足口病 にまつわる 疑問

**×** 手足口病は、子どもの病気で大人は感染しない？

手足口病は生後6ヶ月〜5歳くらいまでの子どもがかかることの多い病気ですが、大人が感染することもあります。

特に、大人の場合は手足に発疹が出るだけでなく、皮がむけたり、強い痛みをともなったりと、より重い症状になることがあります。まれに、髄膜炎や小脳失調症、脳炎といった合併症をともなう場合も。

**×** 手足口病は、一度でも感染すれば免疫がつくので感染しなくなる？

手足口病はウイルスの感染によっておこる感染症です。ウイルスには新しい型が次々と生まれるため、一度、手足口病にかかったとしても、別の型の手足口病にかかる可能性があります。

**○** 口内炎だと思っていたら手足口病ということもある？

手足口病は、手足だけでなく口の中に発疹が出る場合があるため、口内炎と混同されることがあります。

どちらなのかわからない場合は、手足の状態を確認しましょう。手足にも発疹があれば、手足口病の可能性が高いです。

大人は重症化することも、規則正しい生活で予防を

手足口病は、ウイルスの感染からおこる感染症です。子どもだけでなく大人も感染します。症状としては、手のひらや足の裏などに米粒ほどの大きさの発疹が現れます。痛みやかゆみを感じる人も。また、唇の内側や舌の表面に発疹が出る場合もあります。特に、大人の手足口病は重症化しやすいといわれており、発熱したり、合併症を引き起こしたりする可能性があります。

一般的に、手足口病は1週間ほどで自然に治るため、特別な治療法はありません。そのため、感染した場合は症状がおさまるまで安静に過ごすことになりま。手足口病にかかっているかどうか確かめた場合や、重症化した部分を診察してもらいたい場合は、皮膚科または内科へ。なお、手足口病に感染した際、妊娠中の人や抗がん剤治療中の人など、免疫が低下した人が身近にいる場合は接触を控え、ウイルスを移さないように気をつける必要があります。

感染の予防策として、普段からこまめに手洗い・うがいをしたり、十分な睡眠をとったりして免疫力を高めることが大切です。特に、手足口病は夏バテしやすい8月・9月に流行する傾向にありますから、疲れをためないように心がけましょう。

## 手足口病の基礎知識

### 感染経路

接触感染が多い、感染経路が不明確な場合も

手に接触したものが口や粘膜に触れることによる感染経路が多いです。そのほか、飛沫感染や、便に出されたウイルスが口に入って感染することも考えられます。

### 感染した場合の対処法

特別な治療法はない。症状がおさまるまで安静に

手足口病には治療法がありません。しかし、安静に過ごしていれば自然に治ります。免疫が低下している人(妊娠中の人や抗がん剤治療中の人など)が周囲にいる場合は、ウイルスを移さないよう、接触を避けましょう。

### 予防法

手洗い・うがい・睡眠で免疫力アップ

免疫力が低下した時に感染しやすいため、手洗い・うがいの徹底を、特に8月・9月に流行するので、夏バテの疲れから手足口病に感染しないよう、睡眠も十分にとりましょう。



### Check!

#### 手足口病と似ている病気

##### 口内炎

口内炎とは、口の中に起る炎症のことです。唇の内側やほお、口角、舌などに潰瘍や水ぶくれが現れます。炎症は2週間ほどで自然に消えます。

##### 手足口病との違い

違い①症状が出る箇所

- 手足口病 手足の症状に加え、口の中に症状が出る場合がある。
- 口内炎 手足には症状が出ない。

違い②痛みの程度

- 手足口病 発疹に痛みを感じることは少ない。
- 口内炎 発疹に痛みを感じる人が多い。

##### 掌跖膿疱症(しょうせきのうほうしょう)

掌跖膿疱症とは、手のひらや足の裏に、膿を含む水ぶくれができる病気です。水ぶくれが乾かるとなると割れ落ちると、また水ぶくれができます。

##### 手足口病との違い

違い①症状が続く期間

- 手足口病 1週間ほど続くが、自然とおさまる。
- 掌跖膿疱症 症状が慢性的で、1年以上続くことも。

違い②治療方法

- 手足口病 治療法・治療薬はない。
- 掌跖膿疱症 薬や光線療法などで治療する。