



春のように暖かくなったかな?と思ったのに、  
雪が降ってみたり、この季節の気候は三寒四温……  
こんな時には体調を崩さないように気をつけないと  
すぐに風邪をひいてしまいますね。今月は風邪のお話……

日野市新町  
1-19-4  
589-5701

**普通感冒**: かぜ症候群の中で、もっとも軽いもので2~3日で治ってしまうものを指します。

主としてライノウイルス、パラインフルエンザウイルスによるものです。おかされるのは上気道(鼻、のど)で、鼻水が多くなったり、鼻詰まりが起きたり、のどが痛くなったり、微熱が出る程度のもので。

**ウイルス性咽頭炎**: 主にアデノウイルスの感染により起こるもので、のど(咽頭)を中心に炎症が見られます。のどに違和感があったり、のどが赤くなったり、首のリンパ節が腫れたりします。時には皮膚に発疹が見られます。38℃程度の熱が出て、頭痛がし、体がだるく、食欲もないなど全身的な症状が出る場合もありますが、通常は3~5日で治ってしまいます。

**咽頭結膜熱**: 同じアデノウイルスによるもので濾胞性結膜炎という目の病気を併発することがあります。

一般に発熱、咽頭痛などの程度が強いことが知られています。主として学童や生徒の間に流行し、夏にはプール内での感染により流行してプール熱といわれ、特に結膜炎による目の症状が重くて、目の充血が見られます。

### 油断してはいけない風邪

すでに気管支あるいは細気管支に慢性の病変を持っている人は病変が急激に悪化して、気道が狭くなり息を吸い込んだり、吐き出したりすることに障害が生じて、息苦しくなるので**注意が必要**です。ウイルスが感染したことによって、気管支の粘膜上皮がはげ落ちてむき出しになったところへ、新たに細菌が感染を起こすと、色のついた汚い痰が増えたり、熱が続くことがあります。コクサッキー群ウイルスに感染すると、1~4週間後に**動悸息切れなどの心臓の病気を思わせる症状**が加わってきます。このようなときには**入院をする必要**があります。

### 赤ちゃんの風邪

《赤ちゃんが機嫌が悪いとき》

不機嫌で、不安そうに泣き、泣きやまず、食欲がないなどの時で、熱が出たり引いたりする呼吸が速く浅く苦しそう、咳をするときにゼーゼーという、小鼻がヒクヒクするような息をする。このようなときには**肺炎**にかかっているかもしれないので、すぐに医師の診察を受けて下さい。

《腎炎の症状に注意》

咽頭炎にかかり、さらに溶連菌の感染による扁桃炎が起きると、それに引き続いて急性糸球体腎炎と呼ばれる腎臓の病気を併発することがあります。3~10歳の子供に多くみられ、むくみや尿量の減少、血尿、たんぱく尿が見られ血圧が上がります。

《**受診が必要なケース**》

くしゃみや鼻水がでたり、軽い咳をしていても機嫌がよく食欲があり、ぐっすり眠るときにはそのまま経過を見ても大丈夫。ミルクの飲み方が少ない、機嫌が悪い、ぐずついて眠らない、などの時には注意深い観察が必要です。

### お年寄りの風邪

症状に乏しく、かなり重症のウイルス感染があっても平熱に近いことがあります。常日頃から咳や痰がでていることが多いので、風邪でこうした症状が強まっても本人も家族も気づかないことがあります。

《**食欲のありなしが何よりの目安**》

なんとなくいつもに比べ元気がなく、咳、痰が多めで、床に就く時間が長くなり  
食事の量が目に見えて減ったというときはできるだけ早めに医師の診察を受けましょう

風邪の治療は  
安静、保温、栄養!!

