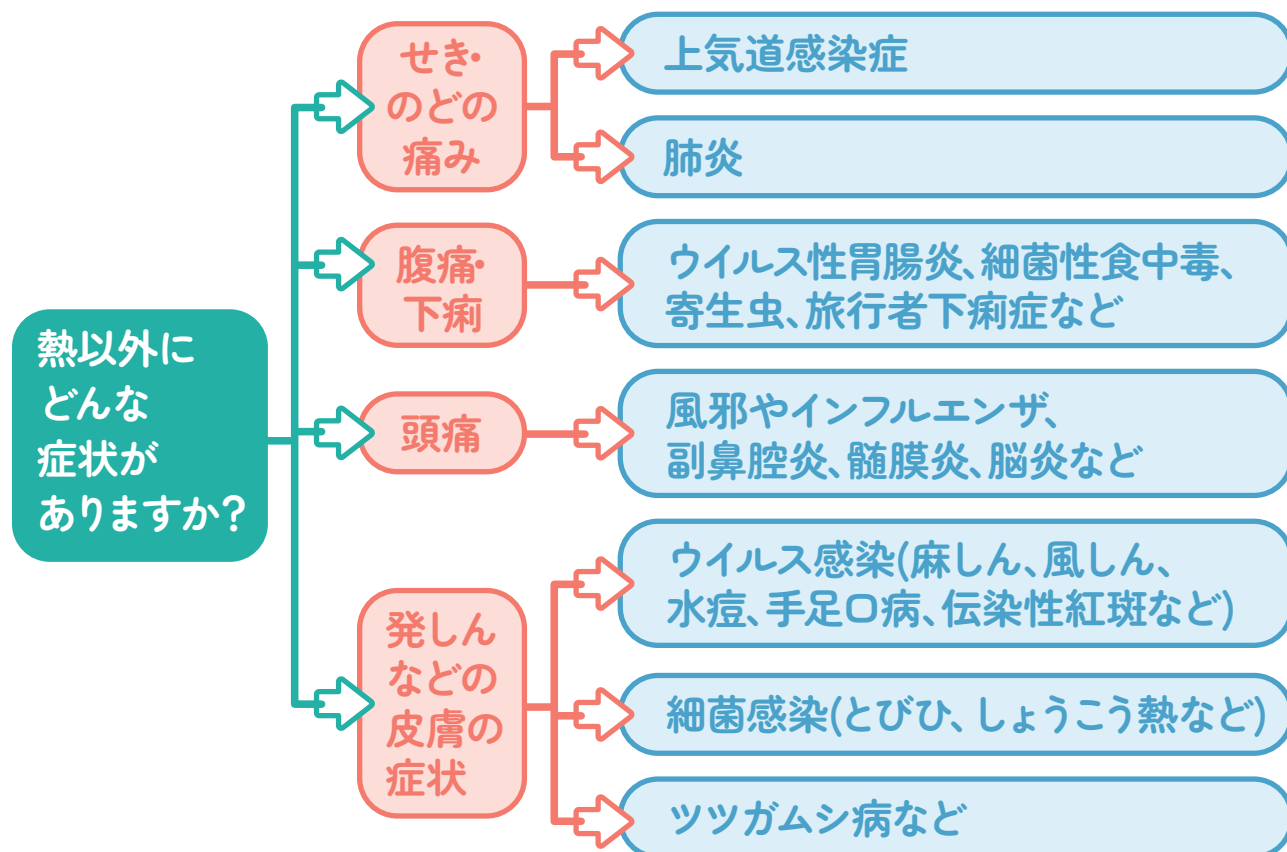


5. 症状からみた感染症のとりえ方

- ① ここでは、症状からどんな感染症が考えられるかを説明します。なお、それぞれの病気の詳しい内容は、疾病別の対策編もご覧ください。
- ② 何かに感染したかな？と思う症状がでたら、早めに医療機関を受診しましょう。医療機関には予約をして行きましょう。
- ③ 症状や症状があった時間を記録して、医師に伝えましょう。

図.症状と考えられる感染症



1 熱がある

1 発熱って何度？

37.5℃以上、または平熱より1℃以上高いときは発熱と考えます。一方、「高熱」とは何度以上か、はっきり決まってはいません。個人差があり、38度でも注意が必要な場合があります。自分で判断せず、受診して医師に相談しましょう。



2 なぜ発熱するの？

体の中であなたの免疫がウイルスや細菌などの病原体と戦っているからです。自己免疫性疾患、アレルギー、がん、ストレスなど、感染症以外で熱が出ることもあります。

3 受診のときに先生に伝えたほうがいいことは何？

- ✓ 熱がいつから出て、何度まで上がって何日続いたか
- ✓ 熱にともなう症状：せき、のどの痛み、頭痛、ムカムカした、吐いた、腹痛、下痢、発しんが出たなど

4 熱があるかはっきりしないのだけど・・・

- ✓ 高齢者は熱がはっきりと上がらないことがあります。熱だけで判断しないようにしましょう。
- ✓ 赤ちゃんは、ミルクを飲む量が減った、ぐったりしているなどの様子にも注意が必要です。
- ✓ 解熱剤は、熱の症状を一時的にやわらげますが、飲み続けていると熱が出ているのに隠されてしまうこともあります。

5 こんな時は急いで受診を！

- ✓ 38℃以上の発熱が2～3日以上続いているとき
- ✓ ひどい頭痛や腹痛があるとき
- ✓ 赤ちゃんがミルクを飲む量が減ったとき、またはぐったりしているとき
- ✓ 息が苦しい、意識がもうろうとする時は、救急車を呼んでください。

2 せきがでる

1 なぜせきが出るの？

あなたの体の防御反応の一つです。気道内の異物や

分泌物を、せきで体外に出します。感染症以外でもせきは出ます。

2 どんなせきがあるの？

感染症によるせきと、そうでないせきがあります。

① 感染症によるせき

- たんが出るせき：細菌によることが多いです。熱も出て、ひどくなると息苦しさが出ることもあります。
- たんが出ないせき：風邪などのウイルスによることが多いです。
- しつこいせき：マイコプラズマ肺炎はたんがほとんど出ません。百日咳^{せき}は発作性のせきが続きます。
- 2週間以上続くせき：結核の可能性もあります。

② 感染症ではないせき

- ぜん息：息を吐くときにヒューヒュー、ゼーゼーといった笛のような音が聞こえます。
- 8週間以上続くせき：喫煙者に多い COPD(慢性閉塞性肺疾患)や、肺がんなどが原因の場合があります。



3 こんな時は急いで受診を！

- ✓ 1週間以上せきが続く、高熱や息苦しさがある、たんに血が混じるなどの症状があるとき
- ✓ ぜん息や心臓に持病があり、症状が悪化したとき

3 おなかが痛い

1 どんな時に腹痛が起こるの？

感染症による腹痛と、そうでない腹痛があります。

✓ 感染症による腹痛

ウイルス性胃腸炎(ノロウイルスやロタウイルス)、細菌性食中毒、寄生虫(アニサキス)などがあります。

✓ 感染症ではない腹痛

虫垂炎(右下腹部)、胆石症(みぞおちの激しい痛みで食後に悪化)、すい炎、過敏性腸症候群(ストレスで悪化)などがあります。慢性的な下痢では自己免疫性の病気もあります。



2 少し前の行動を思い出してみましょう

海外に旅行しましたか？食べたものに心当たりはないですか？最近飲み始めた薬はないですか？抗生物質を飲んだ後に腹痛や下痢があったら、その薬を続けてよいかどうか、必ず処方した医師に相談しましょう。

3 こんな時は急いで受診を！

持続する強い痛み、38.5℃以上の高熱、便に血が混じるなど

4 下痢

1 なぜ下痢になるの？

感染症による下痢と、そうでない下痢があります。

✓ 感染症による下痢

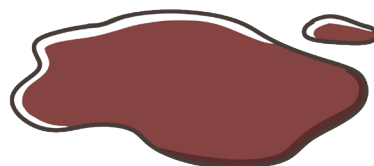
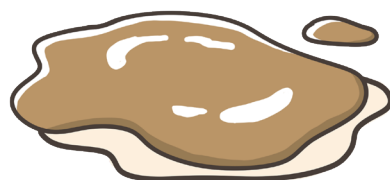
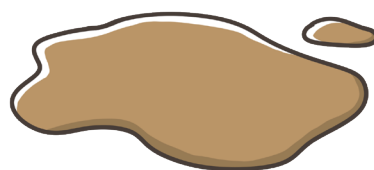
ウイルス性胃腸炎（突然のおう吐と下痢）、細菌性食中毒（発熱と腹痛）、寄生虫（ジアルジア症やアメーバ赤痢）、旅行者下痢症（海外渡航後）

✓ 感染症ではない下痢

過敏性腸症候群、特定の食物を分解できないことによる下痢（乳糖不耐症やグルテン過敏症）

2 下痢の特徴はいろいろあります

- ✓ 急性下痢は1週間未満、慢性下痢は4週間以上続きます。
- ✓ 水分が多い液状の下痢は、ウイルス感染やコレラなどが原因です。
粘液が混じった下痢は、細菌性感染や炎症性腸疾患に多いです。
- ✓ 血が混じった下痢は、カンピロバクターや腸管出血性大腸菌（O157など）の感染が疑われますので、受診しましょう。



3 脱水症状に気を付けて！

下痢が続くと体の中の水分がどんどん出ていきます。特に赤ちゃんや高齢者で危険です。のどがかわく、尿が出なくなった、皮膚やくちびるがかわく、目がくぼんでいる、などの症状には要注意です。赤ちゃんは、泣いているのに涙が出ない、おむつがぬれないなどの様子も見逃さないでください。スポーツドリンクや経口補水液など

で、水分を補給しましょう。(61～62ページの脱水対策の豆知識も参照)

4 こんな時は急いで受診を！

下痢が1週間以上続く、38℃以上の発熱、激しい腹痛がある、便に血が混じる、脱水症状が続いている。

5 頭が痛い

1 どんな時に頭痛が出るの？

頭痛にも感染症による場合があります。

✓ 感染症による頭痛

風邪やインフルエンザ、副鼻腔炎(額やほほの痛み)、髄膜炎(頭痛と高熱、吐き気・おう吐、首の硬さなど)、脳炎(意識障害やけいれんなど)があります。

✓ 感染症ではない頭痛

ストレス、睡眠不足、眼精疲労、片頭痛(ズキズキする痛み)、緊張型頭痛(頭を締め付けるような痛み)、くも膜下出血(突然の経験したことのない程の激しい頭痛)



2 こんな時は急いで受診を！

突然の経験したことのない程の激しい頭痛、発熱を伴う激しい頭痛、意識がもうろうとする、けいれんしているなど。

6 皮膚の症状

1 どんな時に皮膚に症状が出るの？

感染症によるものと、それ以外があります。

✓ 感染症による皮膚症状

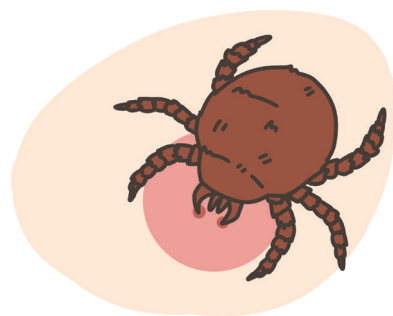
ウイルス感染は、麻疹（はしか、全身に赤い斑点）、風疹（三日はしか、淡い紅色の小さな湿しん）、水痘（みずぼうそう）、手足口病（手足に加え口の粘膜にもぶつぶつ）、伝染性紅斑（ほほに蝶が羽を広げたような赤み）などがあります。

細菌感染は、とびひ（水ぶくれなど）、しょうこう熱（全身に小さな赤い点状）、おでき（せつ、とも呼ぶ。赤くはれてうみが溜まった状態）、ほうかしき炎



(炎症が広い範囲)、などがあります。

ダニに刺されると、ツツガムシ病などにかかる可能性もあります。



- ② 感染症ではない皮膚症状
様々な食品や薬剤へのアレルギー反応、自己免疫疾患でも皮膚に症状がでます。



2 痛みやかゆみは？

帯状疱疹^{ほうしん}では強い痛みを伴います。かゆみは、アレルギー反応や一部のウイルス感染症で強くあらわれます。赤くなっているだけで全く痛くもかゆくもない皮膚の症状もあります。

3 少し前の行動を思い出してみましょう

海外に旅行しましたか？山林や草原でダニなどにかまれたことはありますか？皮膚に症状がある人と会っていましたか？最近飲み始めた薬はないですか？新しい薬を飲んだ後に皮膚に症状が出たら、その薬を続けてよいかどうか、必ず処方した医師に相談しましょう。

4 こんな時は急いで受診を！

発しんが急速に広がる、強い痛みや全身症状がある、高熱が続く、口の中や目にも症状があるなど。

5 受診の時に注意してほしいことは何？

- ✓ 症状が出る前の行動について、医師に伝えましょう。
- ✓ 通っている保育園、幼稚園、学校で同じ症状の人が増えているときは、そのことも受診した時に伝えましょう。
- ✓ 麻しんや水ぼうそうは空気感染するため、医療機関の受け入れの準備が必要な場合があります。受診前に医療機関へ相談しましょう。