

かぜ症候群

一般には「かぜ(風邪)」といいますが、医学的には上気道(鼻、のど、喉頭)の急性の炎症を「かぜ症候群」といっています。気管支炎や肺炎を含める場合もあつたり、ウイルスによる胃腸炎も「お腹のかぜ」と呼ぶこともあり、なかなか定義が難しくはつきりとはしていません。また、普通のかぜを「普通感冒」というのに対して、インフルエンザは「流行性感冒」と呼ばれることもあります。小児科の外来でみる病気の約60~80%は、広い意味での「かぜ症候群」です。

原因は？

かぜ症候群の原因は80~90%がウイルスです。その他には細菌やマイコプラズマ、クラミジアなどもあります。感染性でない原因として、アレルギー性(ダニ、スギ花粉など)、物理的(寒冷、乾燥など)、化学的(化学物質や排気ガスなど)がいわれられていますが、はつきりとはしていません。

かぜの原因となるウイルスの数は約230以上といわれています。たとえば最もポピュラーなライノウイルスは100型以上ありますし、エンテロウイルス(お腹にくるウイルス)は現在70型前後あります。最近発見されたものとしては、2001年のヒトメタニューモウイルス、2002年のSARSウイルス、2003年のノロウイルス(名称変更)、2005年のヒトボカウイルス、2013年のMERSコロナウイルス(中東呼吸器症候群)などがあります。

症状は？

一般的な普通感冒では、くしゃみ、鼻水、鼻つまり、のどの痛み、咳などの局所症状が主ですが、インフルエンザでは高熱、頭痛、筋肉痛、倦怠感などの全身症状が強いのが特徴です。しかし、最近では症状の軽い、あるいはほとんどないインフルエンザもあることが分かってきました。つまり、症状だけでは種々のウイルスの鑑別はできません。しかし「夏のかぜ」と「冬のかぜ」ではウイルスの性状に違いがあり、症状も違ってきます。

	夏のかぜ	冬のかぜ
原因ウイルス	エンテロウイルス(コクサッキー、エコー)、アデノなど	ライノ、インフルエンザ、RSヒトメタニューモ、ヒトボカ、パラインフルエンザなど
皮膚粘膜の症状	口内炎・結膜炎・皮膚の発疹を伴うことが多い	あまりない
気道粘膜症状	咳・鼻水などあまりなし	咳・鼻水が多い
発熱	高いこともある アデノでは5日前後	高い場合もないこともある インフルエンザ、ヒトメタニューモ、RS、ヒトボカでは3~7日が多い
胃腸症状(嘔吐・下痢)	伴うことある 便の中にウイルス排泄(1~4週間)	あまりない
多い合併症	髄膜炎	肺炎・気管支炎

診断は？

症状から診断できる「かぜ症候群」もいくつかあります。たとえば「夏かぜ症候群」の手足口病、ヘルパンギーナ、咽頭結膜熱(プール熱)などです。また、最近では診断キットで診断できるものも増えてきました。たとえば、インフルエンザ、溶連菌感染症、アデノウイルス感染症、RSウイルス感染症、ヒトメタニューモウイルス感染症、ロタウイルス性胃腸炎、ノロウイルス性胃腸炎などです。しかし、それ以外のほとんどの「かぜ症候群」は原因ウイルスの特定はできません。ですから症状や所見、経過だけから診断されるのです。

治療は？

現在の医学においても、ほとんどのウイルスには効果のある薬がありません。抗ウイルス剤としては、インフルエンザにタミフル、リレンザ、水痘や単純ヘルペスにゾビラックス、バルトレックス等、わずかしかありません。ですから、かぜ薬というのは鼻水、鼻つまりに抗ヒスタミン薬、咳に鎮咳去痰剤、発熱に解熱鎮痛剤など対症療法になります。しかし、発熱や咳などの症状は人間を守るための生体反応です。また、**ウイルスに対して抗生物質は効果がありません**。ですから**一番の治療は、安静・休養、睡眠、(保温・加湿)、栄養(水分の補給)なのです**。人間は**ほとんどのウイルスに対して自分で治してしまう力を持っています(self limiting)**。そしてそれぞれのウイルスに対して免疫を獲得していくのです。

合併症は？

ほとんどの「かぜ症候群」は合併症なく治っていくものですが、子どもの場合特に、中耳炎や気管支炎、肺炎などを合併することが多く見られます。インフルエンザでは、肺炎や脳症など重篤な合併症がみられることがあります。また、夏かぜをおこすウイルスでは、髄膜炎や脳症をおこすことがあります。

その他

保育園等の集団生活を始めると、早々に種々のかぜ症候群に感染することが多く見られます。数ヶ月経てば落ち着いてきますが、その後も流行する感染症にかかりやすいものです。子どもは6~7歳頃までに多くのウイルスに感染します。1年に7~8回、多い人では10~20回もかぜにかかるとのことです。

将来のために今のうちに免疫を付けることは致し方ないと考え、無理をしないこと(しっかり治すこと)、合併症に気をつけること、などに注意して下さい。子どもはかぜをひくごとに肉体的に免疫が出来るだけでなく、心の面でもたくましくなっていきます。親の方もその度に少しずつ成長していきます。子育ての途中にかぜはつきもの、うまく付き合っていける余裕のある子育てがしたいものです。また、**予防接種で予防できる病気はできるだけ早く接種して、予防してあげるようにしましょう**。