

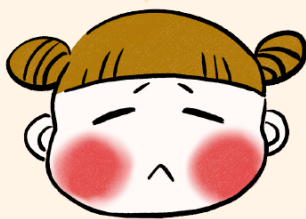
りんご病

でんせんせいこうはん
(伝染性紅斑)

? どんな病気なの?

ヒトパルボウイルスB19による感染症です。冬から春先にかけて感染しやすく、5～10歳の子どもが多く発症します。両頬に現れる赤い発疹がりんごのようなことから「りんご病」と呼ばれています。感染力はそれほど強くはなく、症状も比較的軽いので、過度に心配しなくても大丈夫です。

感染力が
高いのは
発疹が出るまで!

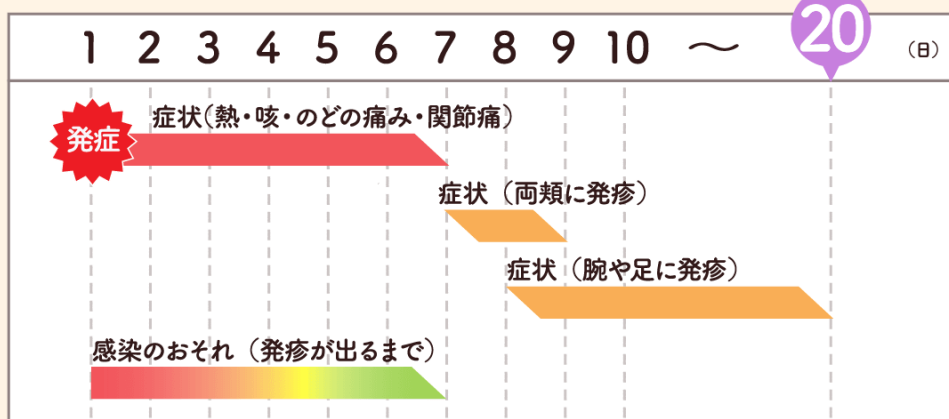


りんご病の特徴

かかりやすい 時期	かかりやすい 年齢	感染経路	感染力	潜伏期間
冬～春	5～10歳	飛沫・接触	低	7～10日

発症から完治までの目安

治るまでの目安は20日

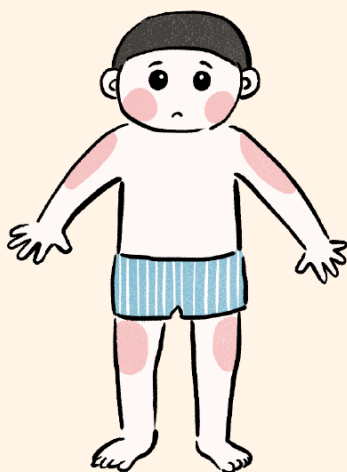


具体的な症状 ▶▶

？ どんな症状がでるの？

7～10日間の潜伏期間を経て、微熱、咳やのどの痛み、関節痛など風邪のような症状が現れます。その後、両頬に赤い発疹がりんごのように現れ、1～2日すると腕や太ももの外側にレース状の赤い発疹が出てきます。発疹にかゆみはなく、少し熱を帯びる程度で、7～10日ほど経つと自然となくなります。

発疹が出たら
治り始めの
サイン！



りんご病にみられる症状

- ☐ 微熱、咳、のどの痛み、関節痛
- ☐ 両頬に赤い発疹が出る
- ☐ 腕や太ももの外側に
レース状の赤い発疹が出る

！ 治療法

ウイルスによる感染症の中でも症状は軽いので、特別な治療は必要ありません。のどの痛みや発熱などの症状を抑える解熱剤などが処方される場合もありますが、ほとんどは自然に治るのを待ちます。

🏠 ホームケアのポイント

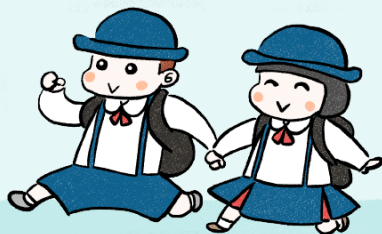
安静に過ごす

比較的に元気なことが多いので、自宅で静かに過ごしましょう。発疹が治っても日光に当たると再発することがあるので、1週間くらいは外での遊びは控えてください。また体温が高くなると発疹が出てくるので、入浴はシャワーなどでサッと済ませて。

1週間くらいは日光を避けて！



保育園や幼稚園はいつから通える？



登園は熱が下がっていればOK

発疹が出ていれば感染のおそれはありません。熱も下がり、体調がよければ登園しても大丈夫です。

妊娠初期～中期の妊婦は注意して！

りんご病は免疫がなければ大人でも感染します。特に注意したいのが、妊娠初期～20週の妊婦です。この時期に感染してしまうとお腹の赤ちゃんが重い貧血になったり、体に水が溜まる「胎児水腫」になることがあるので、妊婦検診などをきちんと受けましょう。