

# 湿疹 じんましん

掻きこわしには  
気を付けて！



## ？ なぜ、体に発疹がでるの？

子どもの肌はとても薄く、刺激に敏感です。そのため、食べ物やほこり、ダニなどによるアレルギーだけではなく、ウイルスや細菌による感染、乾燥や汗、汚れなどが原因で湿疹やじんましんが起こります。要因はさまざまなので、自己判断せずに病院を受診しましょう。

### 湿疹とじんましの違い

#### 湿疹

湿疹は特定の部位に徐々に発疹が現れる症状で、それが数日間続きます。これは何らかの理由で皮膚が炎症している状態で、たとえば、乾燥や汗、汚れ、衣類などから刺激を受けたり、虫や草花、ほこりなどが原因で起こることも。主に皮膚が赤く腫れてかゆくなり、水膨れになったりします。多くは塗り薬で治療します。

#### じんましん

じんましんは体のあちこちに突然発疹が現れ、24時間以内にほぼ治まります。主な原因は食品やウイルス・細菌による感染があげられますが、原因が特定できない場合も。小さな丸い発疹が地図状に広がったり、手足全体が腫れることもあります。子どもはかゆさから掻きむしり、症状を悪化させることもあるので注意してください。

# 湿疹・じんましん

## 観察のポイント

- ・ 発疹はどんな形？ どんな色？
- ・ 水疱はある？
- ・ かゆみがある？
- ・ 発疹は顔、手足、  
お腹など体のどこに出ている？
- ・ 発疹以外の症状（発熱など）はある？



症状がすぐに消えてしまう場合もあるので、写真に撮っておくと、その後の受診に役立ちます。

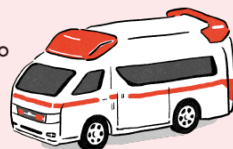
## 今の状態を確認して 受診の目安を把握しましょう

### 救急車で病院へ！



- ☐ 強く咳込み、呼吸が苦しそう
- ☐ 意識が朦朧とし、ぐったりしている。

急激な症状の悪化はアナフィラキシーの可能性も！



### すぐ受診！



- ☐ かゆみが強くて、  
眠れない
- ☐ 全身にじんましんが  
広がっている

### 診療時間内に受診

- ☐ 一部にしか発疹がなく、  
かゆみも弱い
- ☐ 湿疹やじんましんの  
症状が数日続く

## ！ 湿疹やじんましんが出る主な病気

### 1 乳児湿疹

新生児期～乳児期にみられる湿疹。生後1カ月をピークに頭皮やおでこ、頬などに赤い発疹が出る新乳児ニキビや、生後2～3カ月ごろに顔や首、体などに赤い発疹ができたり、頭皮や眉毛の生え際に黄色い皮脂やフケのようなものができる脂漏性湿疹があります。生後4カ月ごろまでに自然と治ります。



### 2 あせも・かぶれ

顔や首回りに溜まった汗が皮膚を刺激し、炎症を起こすことで赤い湿疹ができます。かゆくて掻きむしってしまい、新たな細菌に感染することもある。かぶれは肌に何かが接触して起こる症状です。赤ちゃんのおむつかぶれは、肌が便や尿、汗で刺激され、炎症を起こすことで発症します。

赤ちゃんの肌は  
とっても  
デリケート！



## ！ 湿疹やじんましんが出る主な病気

### 3 とびひ 感染症

でんせんせいのかかしん

伝染性膿痂疹といい、皮膚にいる細菌に感染することで発症します。かゆみのある水疱ができ、それを掻きこわすと菌が全身に広がります。水疱を見つけたらガーゼで覆い、すぐに病院へ。

抗菌薬の  
飲み薬と塗り薬で  
完治は  
**1週間**ほど！



### 4 突発性発疹 感染症

生後6カ月～1歳の間にかかりやすい病気です。急な発熱が下がり始めると、お腹の中心に赤い発疹が現れ、赤みを増しながら全身に広がります。かゆみは弱く、3～4日で治まります。

### 5 水ぼうそう 感染症

発熱とほぼ同時に現れた赤く細かい発疹が短時間で水疱に変わり、2～3日で全身に広がります。かゆみがとても強いので掻きこわさないように気を付けて。水ぼうそうはワクチンがあり、1歳から受けられます。

発症後  
**2日以内**の  
抗ウイルス薬が  
**効果的！**



## ！ 湿疹やじんましんが出る主な病気

### 6 風疹 感染症

首の後ろやリンパ節が腫れ、発熱とほぼ同時に赤く細かい発疹が全身に広がります。熱は3～4日で下がり、発疹も2日ほどでなくなります。風疹抗体のない妊婦が感染すると胎児に悪影響も。

流行は  
春から初夏に  
かけて！



### 7 はしか 感染症

38度以上の発熱に始まり、咳、鼻水、目ヤニを発症し、3～4日後に頬の内側に白い水疱が現れます。熱は一度下がっても再び上昇し、それと同時に赤く細かい発疹が出ます。ワクチン接種で予防できます。

### 8 手足口病 感染症

手足や口の中、舌などに米粒ほどの白い水疱ができます。口の中の水疱が破れると唾液を飲むのもつらくなるほど。口の中の水疱は1週間ほどで治り、熱も1～2日ほどで下がります。

手足や  
口の中に  
白い米粒大の  
水疱が！





## ！ 湿疹やじんましんが出る主な病気

でんせんせいこうはん

### 9 りんご病（伝染性紅斑） 感染症

まるでりんごのような赤い発疹が両頬にできるのとほぼ同時に、腕や太ももの外側に赤いレース状の発疹が現れます。発疹は数日～10日ほどで消えますが、入浴や陽にあたってぶり返すことも。

発疹で  
両方の頬が  
真っ赤に！



ようれんきんかんせんしょう

### 10 溶連菌感染症 感染症

細菌による感染症で、発熱とどの痛みが突然起こり、のどの奥が真っ赤になります。いちごのような赤い発疹が舌に出るほか、細かい発疹が手首や足首から全身に広がります。



### 11 アトピー性皮膚炎

かゆみが2カ月以上慢性的に続くのが特徴です。主な原因は食品やほこり、ダニなどで、顔や首、腕の外側や足の表側などに発疹が現れます。



## 🏠 ホームケアのポイント

### ① 患部を冷やす

子どもはかゆみが抑えきれずに掻きむしることがあります。症状の悪化を防ぐためにも、患部を冷やしてかゆみを抑えてあげましょう。

かゆみを  
抑えるには  
**冷やす** 効果的！



### ② 熱いお風呂は控える

じんましんは一度消えても、温熱刺激をきっかけに再び発症することがあります。お風呂はぬるま湯に短時間浸かるか、シャワーでさっと洗い流す程度にしてください。

シャワーで  
**さっぱり！**



### ③ 汚れを落として清潔に

子どもの肌ケアの基本は清潔さを保つことです。弱酸性の低刺激の石鹸を選び、泡で包み込むように優しく体を洗ってください。洗い終わったら、柔らかいタオルで水分をしっかりと拭き取りましょう。

泡立てた  
**石鹸**で優しく  
洗って！



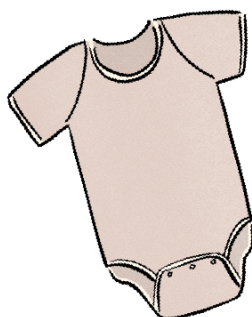
## 🏠 ホームケアのポイント

### 4 保湿ケアで乾燥を防ぐ

肌が乾燥すると皮膚の表皮となる角質がひび割れ、水分を逃がすだけでなく、空気中に漂う有害物質やアレルゲンの侵入を許してしまい、肌トラブルの要因に。ベビー用クリームやワセリンなどを顔や体の隅々まで塗り、保湿してあげましょう。

### 5 下着は肌に心地いいものを

デリケートな子どもの肌に直接触れる衣類や寝具は、通気性・吸収性に優れ、肌触りのいいものを。背中や首回りは特に汗をかきやすいので、こまめな着替えを心がけましょう。



### 6 部屋の中も清潔に

イエダニやペットの毛についているノミが、湿疹やじんましの原因になることも。晴れた日には布団を干し、部屋の換気や掃除に気を配りましょう。またペットのノミ駆除対策も忘れずに。

天気の良い日は  
布団を干して！

