



院長  
伊藤 真理子  
プロフィール

真理子先生の  
女性の **さかた**

●(いとう まりこ) 1986年山形大学医学部卒業。山大病院、篠田病院を経て2005年6月に真理子レディースクリニックを開業。日本産科婦人科学会認定産婦人科専門医。

## リンゴ病

「リンゴ病」が首都圏や東北で猛威を振るっています。山形県では一定点医療機関の患者数が国の基準の2人を超えたため、1月16日に警報が発令されました。警報発令は約3年ぶりです。

### 両頬の赤い発疹が特徴

リンゴ病の正式な病名は「伝染性紅斑」で、両頬にリンゴのような赤い発疹(Ⅱ紅斑)ができることが多いことからこの名がつけました。

原因はヒトパルボウイルスB19という病原体に感染することで、患者のせきやくしゃみなどの飛沫感染や接触感染でうつ

りますが、一度かかると終生免疫が得られます。小児を中心に感染し、症状としては発疹のほか倦怠感、発熱、関節痛、手足の発疹などがあります。ただこれらの症状はさほど重篤なものではなく、大人の場合はさほど発疹も赤くなりません。

### 潜伏期は4〜10日

潜伏期は4〜10日で感染力はインフルエンザほど強くありません。最初は軽い風邪のような症状で、中には症状がまったくない場合もあります。感染力が最も強いのは発疹の出現時ではなく、この潜伏期なのが厄介な

ところ。発疹の出現期は感染力はほぼないとされ通園や通学は可能です。



### 怖い妊婦さんの感染

細心の注意が必要なのは妊婦さんへの感染で、貧血が急激に進んだり、約40%の確率で胎児が感染する可能性(経胎盤感染)があるからです。感染した胎児が必ず症状を起こすわけではありませんが、全身に水がたまってむくんだ状態にな

る病気(胎児水腫)や、発育が遅れて小さく生まれる病気(子宮内胎児発育遅延)、最悪の場合は命に関わることも。

### 免疫力を高めましょう

この病気には予防ワクチンや治療薬はありません。感染を防ぐには①必要のない外出は避ける②外出の際にはマスクを着用する③帰宅したら念入りに手洗い、うがいを行う④患者の食器やタオルなどを一緒に使わない——などでしょう。何よりしっかりと栄養をとり、入浴や睡眠を心がけて免疫力を高めることが大切です。