

11がつ 保健だより



2026.11.1 南青山病後児保育室

マイコプラズマ感染症とは

マイコプラズマニューモニエという非常に小さな病原体によって引き起こされる呼吸器感染症です。主に学童期のこどもに多く見られますが 乳幼児や高校生・大人も罹ることがあります。
秋から冬にかけて流行し 家庭内や学校・保育園など 人が密集する環境で感染が広がりやすくなります。

肺炎を引き起こすことも

マイコプラズマ感染は 気管支炎や肺炎の原因になることがあります。
特に肺炎は「マイコプラズマ肺炎」と呼ばれこどもの肺炎の２～３割を占めるとされています。
マイコプラズマ肺炎は重症化することは稀ですが 乳幼児や基礎疾患があるこどもでは 高熱が続く・呼吸が苦しい・咳で食事や睡眠がとれないといった症状がみられることもあります。

感染経路は主に飛沫感染と接触感染です

飛沫感染

病原体が 咳やくしゃみ 会話などの際に小さなしぶきとなって飛び それを口や鼻から吸い込むことで感染します。
しぶきは 1~2m 程飛ぶので 近くにいる人にうつりやすいのが特徴です。

接触感染

病原体がついた手で 目・鼻・口をさわり体内に入ることで感染します。
ドアノブやスイッチ スマホなど 手が触れる場所にウイルスや細菌がついていることもあります。

マイコプラズマ感染症はワクチンが存在しないため 手洗い・うがい・咳エチケット・換気などの基本的な感染対策が重要です。

症状の特徴

発熱（38~39℃前後）・のどの痛み・倦怠感・頭痛など
一般的な風邪の症状から始まり その後乾いた咳がしつこく続くのが特徴です。
特に夜間や朝方に咳き込みやすく 睡眠を妨げるようなケースもあります。