

## 百日咳とは？ ～症状の変化から治療のタイミングまで～

百日咳（ひゃくにちぜき）は、細菌が引き起こす急性の呼吸器感染症です。お子さんに多く見られる感染症でしたが、今年大流行となっているように近年は成人の感染が増加し、感染者の半分以上を占めるとの報告もあり、家族内感染も問題となっています。

この記事では、百日咳の**症状と経過・治療の効果が期待できる時期**を中心にご説明します。

### 百日咳の症状と経過

---

#### 潜伏期：7～10 日

感染後もこの期間は症状がありません。

---

#### 初発症状（カタル期）：風邪と見分けが付きにくい段階

症状が出始めた最初の約 1～2 週間は「カタル期」と呼ばれ、以下のような症状がみられます。

- ・ 軽い咳
- ・ 鼻水
- ・ 発熱（ほとんどは微熱または発熱なし）
- ・ 倦怠感

この段階では、**普通の風邪と区別がつかず、診断が困難**です。しかしこの時期が最も感染力が強く、周囲への感染拡大を防ぐ上でも早期の対応が重要です。

---

#### 特徴的な咳発作（痙咳期）

カタル期を過ぎると、通常 2～3 週間目以降に「痙咳（けいがい）期」へと移行します。

この時期になると、以下のような**特徴的な咳発作**が現れます。

- ・ 突然始まる連続した咳（1 回の発作で 10 回以上咳き込むことも）
- ・ 咳の後息を吸い込むときに「ヒューッ」という笛のような音がする（特にお子さんの場合）
- ・ 嘔吐を伴う咳
- ・ 顔色が紫になることもある
- ・ 夜間に悪化する傾向

この咳が 1 日に何度も繰り返され、数週間から長ければ**2～3 か月以上続く**ことがあります（このため「百日咳」と呼ばれます）。

---

### 回復期：徐々に軽快するが長引くことも

症状がでてから 4～6 週間経過すると、回復期に入ります。咳発作の回数は減っていきませんが、咳自体は 1 か月以上続くこともあります。特にお子さんの場合は、回復期でも激しい咳で睡眠が妨げられることもあります。

---

### 治療と治療効果が期待できる時期

百日咳の治療は主に抗菌薬（エリスロマイシン、クラリスロマイシンなどのマクロライド系抗生物質が有効）によって行います。抗菌薬の効果が高い時期はカタル期（最初の 1～2 週間）です。

- ・ 抗菌薬は初期（カタル期）に開始することで、症状の進行を抑え、感染拡大を防ぐことができます。
- ・ 痙咳期に入ってから投薬では、症状の重症化を防ぐことはできませんが、周囲への感染予防という点では意味があります。

カタル期の症状は普通の風邪と区別が付きません。百日咳菌抗体の血液検査は当院でも行っていますが、確定診断には 4 週間あけて 2 回採血をする必要があります。早期診断・治療に結びつくものではありません。百日咳はお母さんから抗体が移行しないため、新生児期から感染することがあります。特に赤ちゃんや乳児は重症化しやすく、命に関わることもあるため注意が必要で、感染者との接触や地域での流行状況を考えて治療を検討する必要があります。

頑固な咳には飲み薬や貼り薬、喘息の時に使用する吸入薬を使用することがあります。

---

### ワクチンによる予防

百日咳は予防接種（四種混合ワクチンなど）によって予防が可能です。ただし、ワクチンの効果は時間とともに弱まるため、思春期や大人でも再感染の可能性があります。

- ・ 乳児期：定期接種による予防
- ・ 家庭内での乳児への感染予防のため、周囲の大人のワクチン接種歴も確認を

---

### 百日咳と診断されたら

学校保健安全法では、出席停止期間の基準は「特有の咳が消失するまでまたは 5 日間の適正な抗菌性物質製剤による治療が終了するまで」となっています。百日咳と診断されたらま

ず学校に連絡し、その指示に従って下さい。

マスクを着用するとともに咳エチケットを守り、手などに鼻水や唾液がついた場合は石鹸や消毒液を使用して清潔を保ちましょう。

社会人の場合は法的な規則はありませんが、赤ちゃんへの感染は危険な場合があるので、周囲への感染拡大防止のため学校での注意事項に準じた配慮が必要だと考えられます。

ご不安なことがあれば、当院までお気軽にご相談ください。