とびひ
（伝染性膿痂疹）

とびひは、**皮膚に細菌が入って起こる感染症**で、原因の菌は**主に黄色ブドウ球菌（ときに溶連菌）**です。虫さされ・あせも・湿疹・すり傷などを**かきこわしたところから始まり**、かいた手でさわったところに、火事の飛び火のように**次々と広がります。夏に多く、乳幼児によくみられます。**早めに治療して、広げないことが大切です。

どんな症状？

水ぶくれ　**いちばん多いタイプ**です（主に黄色ブドウ球菌）。水ぶくれができ、**破れるとじゅくじゅくして赤くただれ**ます。かゆみが強く、かくと広がります。

かさぶた　主に溶連菌によるタイプです。**厚いかさぶた**ができ、**熱やのどの痛み、リンパ節の腫れ**をともなうことがあります。アトピー性皮膚炎の子に起こりやすいタイプです。

クリニックでの治療

- **細菌をおさえる塗り薬（抗菌薬）**を使います。
- 範囲が広いとき、熱があるときなどは、**飲み薬の抗菌薬**も使います。かゆみが強いときは、かゆみ止めの飲み薬を使うこともあります。
- **薬は自己判断でやめずに**、言われた日数まできちんと続けましょう。
- **2〜3日使ってもよくならない、広がる**ときは、薬が効きにくい菌のこともあります。もう一度受診してください。

おうちでできること

- **1日1〜2回、シャワーで洗い流しましょう。**石けんをよく泡立てて、こすらずやさしく洗い、泡をしっかり流します。
- 洗ったあとは清潔なタオルで押さえるように水気をとり、**薬を塗ってガーゼなどで覆いましょう。**
- **爪を短く切り**、かかないようにしましょう。手もこまめに洗いましょう。
- **鼻をほじらない**ようにしましょう（鼻の入り口に菌がいて、顔のとびひの原因になります）。
- **タオルや衣類は共用しない**ようにしましょう。治るまでは**湯船につからず、シャワーにしましょう。**

うらに続きます →

こんなときは早めに受診してください

- **熱が出た**、ぐったりしている
- とびひのまわりが**広く赤くはれて、痛がる**
- 薬を使っても**2〜3日でよくならない**、どんどん広がる
- 治ったあと数週間のうちに、**顔やまぶたがむくむ**、**おしっこの色が赤〜茶色**になる

保育園・幼稚園は？

患部をガーゼなどで覆えれば登園できます。じゅくじゅくした範囲が広く、覆いきれないときはお休みしましょう。登園の目安は園によって違うことがありますので、迷うときはご相談ください。

プール・水遊びは？

治るまではお休みしましょう。プールの水でうつることはありませんが、肌がふれ合ったり、タオルなどを介してうつしたり、悪化させたりすることがあります。

とびひを防ぐには

- **虫さされ・あせも・湿疹は、かきこわす前に早めに治しましょう。**
- **爪はいつも短く**切っておきましょう。
- 汗をかいたらシャワーで流すなど、**肌を清潔に**保ちましょう。
- アトピー性皮膚炎や乾燥肌の子は、ふだんの**スキンケア（保湿）**で肌のバリアを守りましょう。

かつらがわキッズクリニック

075-874-4381

夜間・休日の相談は　こども医療電話相談 #8000

〒601-8601 京都市南区久世高田町376-1 イオンモール京都桂川 1階 メディモ内

監修：かつらがわキッズクリニック　院長　後藤高弘（2026年10月作成）／参考：厚生労働省「保育所における感染症対策ガイドライン」、日本小児皮膚科学会ほか「皮膚の学校感染症とプールに関する統一見解」

ホームページ