百日咳
（ひゃくにちぜき）

百日咳は、**百日咳菌**による感染症で、**激しい咳が長く続く**のが特徴です。**2025年には全国で過去最多**の患者数が報告され、小学生から中高生を中心に流行しました。年長の子や大人では長引く咳だけのことも多いのですが、**赤ちゃん（特に生後6か月未満）がかかると、息が止まるなど命にかかわることがあります。**

どんな経過？

1〜2週　**鼻水や軽い咳**など、ふつうのかぜのような症状です。熱はあまり出ません。この時期がいちばん**人にうつしやすい**時期です。

2〜3週以降　**コンコンコンと止まらない咳**が続き、最後に**ヒューッと息を吸い込む**ことがあります。咳き込んで**吐く**、顔が赤くなる、**夜に咳がひどい**のが特徴です。

回復まで　咳は少しずつ軽くなりますが、**数週間から2〜3か月**続くことがあります。

赤ちゃんでは咳が目立たず、**息が止まる（無呼吸）、顔色が悪くなる**ことで見つかることがあります。

クリニックでの検査と治療

- 鼻の奥を綿棒でこする検査（遺伝子検査）などで、百日咳かどうかを調べます。
- **抗菌薬（マクロライド系）**で治療します。早く始めるほど、**人にうつしにくく**なります。
- 最近は、**マクロライド系の薬が効きにくい百日咳菌**が増えています。その場合は**別の種類の抗菌薬**を使います。
- 抗菌薬を飲んでも、**咳はすぐには止まりません。**咳止め薬もあまり効かないため、当院では使っていません。

おうちでできること

- **抗菌薬は決められた日数、最後まで**飲みきりましょう。
- 咳き込んだときは、**体を起こして背中をさすって**あげましょう。
- 咳き込んで吐きやすいので、**食事や水分は少しずつ、回数を多く**しましょう。
- お部屋の乾燥を防ぎ、**たばこの煙は避けましょう。**

うらに続きます →

こんなときは受診してください

- **赤ちゃん（特に生後6か月未満）**に咳が出ている
- **咳き込んで顔色が悪くなる**、くちびるが紫色になる
- 咳き込んで吐く、眠れない、**水分がとれない**
- **咳が2週間以上**続いている

赤ちゃんの**息が止まる、ぐったりして反応がにぶい、けいれん**があるときは、**救急車（119）**を呼んでください。

夜間・休日に迷ったときは、こども医療電話相談 **#8000** にご相談ください。

予防接種で赤ちゃんを守りましょう

- **5種混合ワクチンは生後2か月から**、遅れずに受けましょう。
- ワクチンの効果は年齢とともに弱まるため、**就学前（5〜6歳）の三種混合ワクチン**の追加接種をおすすめしています。
- **赤ちゃんがいるご家庭のきょうだいやご家族**が接種しておくと、赤ちゃんにうつすのを防げます。

▶ 就学前（5〜6歳）の三種混合ワクチンについては、当院ホームページの「三種混合ワクチン5回目のご案内」をご覧ください。

うつさないために

- せきやくしゃみでうつります。**マスクと手洗い**を心がけましょう。
- ご家族に**赤ちゃんや妊娠中の方**がいるときは、受診のときにお知らせください。

保育園・幼稚園・学校は？

百日咳は学校保健安全法で**出席停止**の病気です。**特有の咳がなくなるまで、または5日間の抗菌薬による治療が終わるまで**お休みです。再開時の届出については、園・学校にご確認ください。

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：国立健康危機管理研究機構（JIHS）「百日咳」、日本小児科学会・日本ワクチン学会などの百日咳に関する提言、学校保健安全法施行規則

ホームページ