

プール熱とは

どんな病気?

医学用語では「咽頭結膜熱」といいます。アデノウイルスというウイルスが接触感染によって人の体に寄生し、症状が出ます。プールを介して流行することが多いので「プール熱」と呼ばれます。感染か



ら発症までの潜伏期間は約5~6日といわれています。冬なのにプール熱が猛威をふるっている地域もあります。これまで、「夏のプール熱、冬のインフルエンザ」と言われることが多かったのですが、プール熱は通年型になってきたといえます。プール熱という名前から、プールでしかうつらないと思われるかも知れませんが、実際は普通の風邪と同じです。かかった子供の咳やくしゃみでウイルスが飛び散り、それを他の子供が吸い込んでも発病します。また、便の中に排泄されたウイルスが手につき、その手を口に入れて感染することもあります。



プール熱を起こすのは40種類以上あるアデノウイルスのうち2型・3型が多く、まれに7型があります。7型は呼吸器疾患を引き起こし、他の型より症状が重くなることが報告されています。



症状は発熱・喉の痛み・結膜炎です。

発熱【38~40°Cの高熱が4~7日間続きます。】

喉の痛み【喉が赤くはれ、4~5日痛む・咳が出て、扁桃腺炎をとまなうことも多くなります。】

結膜炎【目が赤く充血し、痛み目やにが出、目を開けているのがつらくなります。】

この他に頭痛・寒気・食欲不振・吐き気・下痢・鼻水などの一般的な風邪の症状がでることもあります。

治療法と予防

ウイルスを殺す薬はありません。対症療法のみになります。

高熱が出たときは解熱剤を、目やにがひどいときには目薬を使います。

感染力が強いので予防には気を付ける必要があります。



ウイルスは粘膜から侵入しますから、感染を避けて粘膜を清潔に保つことと、普段からよく手を洗うこと、プールの後はよく目と身体をよく洗うこと、規則正しい生活をして体力を落とさないようにすることが大切です。

お家でのケア

かかってしまったら・・・家ではタオル・洗面器・食器を家族と共有しない方がいいでしょう。

「目がかゆいから」とこすると細菌による感染が起こりひどくなってしまいます。目をこすらないよう注意してあげましょう。かゆいときは流水で洗うようにしてください。また、ヘルパンギーナ・手足口病の場合と同じで水分補給も忘れずに。プール熱は子どもの病気と思われていますが、大人にもうつります。



病院へ行くタイミング

高熱が3日以上続いたり、ぐったりしている時にはすぐに診察を受けましょう。



また、喉の痛みが強くて水分がとれない、尿量が少ないときは脱水状態のおそれがありますから、医師の診察を受けて下さい。結膜炎になったときも診察を受けましょう。

確定診断は、目やにやのどからのアデノウイルスの検出です。迅速診断キットを使って簡単に検査が出来ます。

出席停止について

学校保健法によって、症状が消えても2日間は幼稚園・学校を休ませなくてはなりません。ウイルスは鼻水や便の中に2週間程度出ます。その期間はプールに入らないようにしてください。

