

プール熱



いよいよ夏本番。プールが楽しみな時期になると流行するのが、俗に「プール熱」と呼ばれる病気です。その症状とは？ プール熱の予防法や感染を拡散させない心構えについてお話しします。

教えていただいたのは…



藤田 哲さん

医学博士、眼科専門医。1989年より北里大学病院眼科勤務。主に網膜剥離・緑内障専門外来・神経眼科外来を担当。相模原協同病院眼科、田園調布中央病院眼科部長、相模野病院院長などを経て、2000年、東京都八王子市に「みなみ野眼科クリニック」を開業。現在に至る。

プール熱予防対策



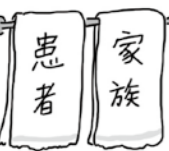
うがい、手洗いの励行
(手をせっけんや流水でよく洗う)

しっかり睡眠。
体力を低下させない



保育園・幼稚園・学校は
医師の許可が出るまで休む

医師の許可が下りるまで
プールに入らない
(発症から2~3週間が理想)



患者のタオルや洗面用具などは
家族のものとは分ける

POINT!

藤田 哲さんから
ひと言

プール熱の感染拡大防止には、ご家庭や地域の方々ばかりではなく、学校関係者の方々のご協力も必要不可欠と考えます。楽しいプール授業にするためにも、この病気に関する注意事項の啓発をしていただくように願っています。

“近年高まるプール熱の大流行を防止するために発症から2~3週間はプールを避けること”

プール熱を予防するには、感染者との接触を避けることが重要です。うがいや手洗いで予防も有効です。不潔な手で目をこすったり、指をなめたりすることも避けてください。結膜炎で目やにが出るときは、ハンカチやタオルではなくティッシュなどの使い捨てのもので拭き取ってすぐに捨てます。

プールに入るときには、水泳前後のシャワーと、プールの後のうがいや手洗いを徹底します。プール前後に目を水で洗うことは、最近では「かえって感染を起しやす」とされ、洗わない方針になっています。家庭の入浴も、発症から2~3週間は感染者の方が最後に入るように注意しましょう。

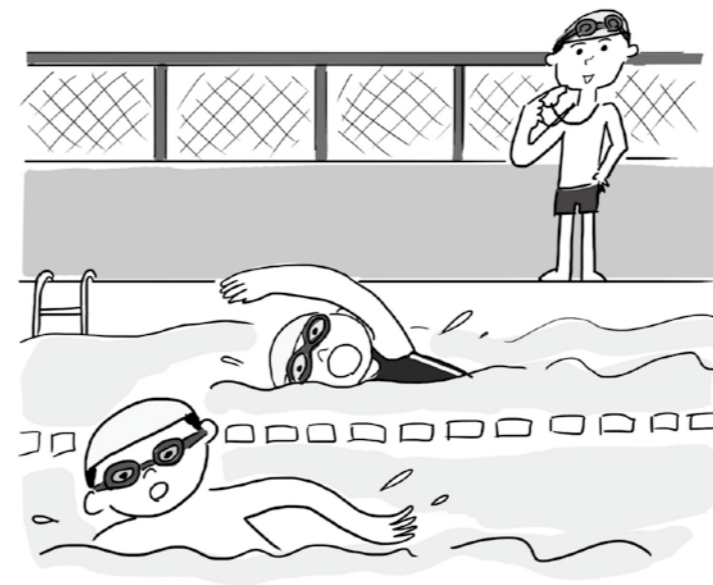
プール熱は学校保健安全法で第2種伝染病に指定されているため、感染が分かった場合は出席停止になります。発熱や眼球結膜の充血、喉の痛みなどの主な症状がなくなつてから2日経過すれば「登園・登校可能」とされていますが、発症から2~3週間は、感染力を持ったウイルスが便から排せつされています。つまり、この期間内にプールに入れば、感染を拡大させることになるのです。

「登園・登校許可」は「プールに入っても大丈夫」と思っている人が多いのですが、こういった認識がプール熱の感染拡大を招く原因となっているようです。登園・登校許可が下りても、プー

ルに入るのはいしばらくの間は控えましょう。

また、医師からは、登園・登校可能な時期だけでなく「プールに入っても安全な時期」に関する説明もしっかりと受けるようにしてください。

病気が治ってすっきり元気になるのに、数週間もプールを休ませるのは、遊びたい盛りの子どもには大変つらいことでしょう。しかし、これを徹底しないことにはいつまでたってもプール熱の感染は広がる一方です。「プールはまだダメだよ。我慢しようね」という医師の指導を守ってプールを休んでいる子の辛抱が無駄になってしまってもかわいそうです。お住まいの地域で協力し合うようにして、プール熱の感染拡大防止に努めたいものです。



【代表的な症状3つ】

- 1 高熱
- 2 喉の痛み
- 3 目の充血

“プールの時期に流行する急性のウイルス感染症。発熱、喉の痛みや腫れ、目の充血が主な症状です”

ウイルスの混入したプールの水が主な感染源。幼稚園や小学校でプールの授業が始まる時期になると、突然の喉の痛みや、高熱など夏風邪に似た症状を訴える子どもも急増します。結膜という目の白目の部分が真っ赤に充血する結膜炎の症状(目やにや涙が出る)が現れることもあります。

これはプール熱(咽頭結膜熱)といって0~10歳ぐらいの乳幼児や児童が多くかかる感染症です。アデノウイルスという病原体に汚染されたプールの水が結膜や喉から浸入して感染が広がることが多いので、このように呼ば

れています。ウイルスの型によっては大人も感染します。

この時期、「喉の痛みを伴う38℃以上の発熱」「片目の充血・目やに」などの症状が出た場合には、インフルエンザよりもプール熱を疑ってください。全ての症状が必ず現れるとは限らないため自己判断が難しく、その間の感染拡大が多い病気なので、まずは診断を仰ぐことが大切です。プール熱の感染源はプールだけではありません。患者の咳やくしゃみなどのしぶき(飛沫感染)、タオルや食器などを通じての接触感染など、感染力が強い病気なのです。特に家族内での感染拡大が多いようです。

目の充血など結膜炎の症状が出たら眼科を受診。

アデノウイルスに対するワクチンや特効薬はないので、自然治癒を待つしかありません。過剰に心配する必要はなく、感染しても通常は1~2週間自然に完治します。安静にして十分な睡眠を取って免疫力の低下を防ぎ、脱水症状予防のための水分補給を欠かさないようにしましょう。

ただし、抵抗力の弱い小さなお子さんや免疫力が低下した人がプール熱にかかると、さらに抵抗力が落ちてしまい、中耳炎や副鼻腔炎(蓄膿症)、時には肺炎を発症してしまうこともあります。

高熱が5日以上続いたり、激しい咳が止まらない場合には肺炎などの合併症を起こして重症化している可能性があるため、小児科か内科を受診するようにしましょう。目の充血などの症状がある場合は、眼科での治療が別途必要です。

プール熱は感染力が強く、院内感染が心配される疾患です。高熱や目の充血などから「プール熱かな?」と思われる場合は、感染拡大を防止するため、小児科・内科・眼科などに電話で症状を伝え上で受診することをおすすめします。