



## プール熱



### ● プール熱とは・・・

初夏から秋口にかけて多い夏かぜの一種です。正式には「咽頭結膜熱(いんとうけつまくねつ)」といいますが、プールの水を介して感染が広がることが多いので、俗にプール熱と呼ばれています。アデノウイルスに感染することによって罹ります。4歳～10歳程度の幼稚園児から小学生に多く発症しますが、大人にも感染します。

### ● どうやってうつるの？

プールで感染する以外にも、罹っている人の咳やくしゃみなどで飛んだウイルスを吸い込んだり、鼻水や目やに、唾液などに触ってその手で目、鼻、口などを触ることによって感染します。



### ● どんな症状？

主な症状は、高熱(38度以上)、喉の痛み、結膜炎(目の充血、痛み、目やに、など)です。頭痛、寒気、食欲不振、吐き気、下痢、鼻水などが出ることもあります。熱は3～5日ほどで下がり、喉や目の症状も1週間程で落ち着きます。

### ● 治療は？

基本的には小児科(子どもの場合)・内科を受診します。目の症状がひどい場合は、眼科にも相談しましょう。

アデノウイルス自体をやっつける薬はありませんので、一般の風邪と同じように、安静にして、症状をやわらげる治療になります。



熱や喉の痛みに対して	熱・痛み・炎症を抑える薬
目の症状に対して	炎症を抑えるステロイドの入った目薬 更なる感染を防ぐため抗生物質の目薬

高熱がある場合は、水分補給が大切です。水分(ポカリスエットなど)を十分に摂ります。目やにがひどい場合は、濡れたガーゼなどで拭き取ります(再利用はしない)。

症状が治まっても、少しの間、体にウイルスが残ります。登校・登園及びプール再開の時期については、一般的に、症状が無くなってから2日間を過ぎるまでですが、主治医に相談してください。

### ● 予防法

- ・ 有効なワクチン(予防接種)はありません。
- ・ 手洗い、うがい が基本。プールから出た後は、シャワーで体を洗い、目も洗う。
- ・ タオルや洗面器は共有しない。
- ・ アデノウイルスは熱に弱いので、煮沸が可能な器具やタオルは煮沸消毒も有効。

