



# 感染症とたたかう

第9号

2016年  
8月発行

発行：国立大学法人 長崎大学 監修：長崎大学病院 感染制御教育センター長・教授 泉川 公一  
お問い合わせ：長崎大学熱帯医学研究所 〒852-8523 長崎市坂本1丁目12-4 TEL：095-819-7800（代表） FAX：095-819-7805

## ● 私たちの暮らしと感染症 ●

# プール以外でもうつる**プール熱** 症状は発熱、喉の痛み、結膜炎



### アデノウイルスによる“夏かぜ” 幼児から小学生に多い感染症

子どもたちの間では、夏になるといわゆる“夏かぜ”が流行します。「ヘルパンギーナ」や「手足口病」「プール熱」が、夏かぜのトリオとも呼ばれます。

今回解説するプール熱の正式な病名は「咽頭結膜熱」と言います。急性のウイルス感染症で、病名の通り、喉が痛くなる（咽頭炎）、目が充血する（結膜炎）、高熱が出るという、主に3つの症状が出ます。

プール熱は毎年6月ごろから増え始め、7～8月にピークとなり、10月頃まで流行が続きます。原

因となるのは「アデノウイルス」で、特に、幼児や学童の間で流行します。プール熱と呼ばれる理由は、プールの水を介して感染することが多いためです。

アデノウイルスは感染力が強く、子どもから大人にうつることもあります。大人でも高熱が出て、目が充血し、喉が激しく痛む人もいます。特に高齢者では、呼吸障害が起きるなど症状が重くなることもあるので、注意が必要です。

プール熱の最初の症状は40℃近い高熱で、3～7日間続きます。続いて喉が痛くなります。このとき口の中を見ると、真っ赤になっています。目も真っ赤に充血し、痛みやかゆみがあり、目やにが出てきます。まぶしさを感じ、涙が出つづけることもあります。ほかにも、頭痛や食欲不振、全身の

だるさ、リンパ節が腫れる、下痢や腹痛を起こすなど、さまざまな症状が見られます。ウイルスに感染してから症状が出るまでの期間（潜伏期間）は、5～7日です。

プール熱の治療には、ヘルパンギーナや手足口病と同じく、特効薬はありません。痛みを和らげたり、熱を下げたりする、いわゆる対症療法が中心となります。

ヘルパンギーナや手足口病のようなほかの夏かぜと同じように、脱水症状には気を付けましょう。乳幼児の場合、喉が痛いので、水分を取るのをいやがる場合がありますが、白湯やぬるいほうじ茶、子供用イオン飲料、経口補水液などで水分を補給することが大切です。

のどの痛みのために食欲もわきにくいでしょうから、のどごしのよいプリンやゼリー、アイスクリームなど、食べやすいものを摂るようにします。食欲が少し出てきたら、おかゆやそうめん、うどんなど、軟らかいものを与えます。

## タオルの共用やくしゃみから感染 友だちにうつさないように対策を

プール熱は、プールの水に含まれるウイルスが目や口などの粘膜から入ることで感染します。ただ、感染経路はそれだけではありません。くしゃみなどの飛沫感染、手指からの接触感染でもうつります。

プールを利用するときには、入る前にシャワーを浴びて、身体の汚れをしっかりと落とします。アデノウイルスは便からも排出されるため、ウイルスを持った子どもが十分に便を拭きとらずにプールに入ると、水の中にウイルスが放たれてしまいます。プールから上がった後、シャワーを浴び、目を



よく洗い、うがいをします。タオルはほかの子どもと共用せず、必ず、個人用のタオルを使いましょう。

プール熱が流行しているときには、あちこちにウイルスが潜んでいます。普段から、手をこまめに洗う習慣をつけましょう。特にトイレのあとは、必ず石けんを使って十分に汚れを落とすことが大切です。家族がプール熱にかかった場合は、タオルを共用しないようにします。目やにや涙を拭く場合にはティッシュペーパーを使い、すぐに捨てます。また、ドアノブや手すり、おもちゃなどは、できるだけこまめに消毒するなどの注意が必要です。消毒には、エタノールや次亜塩素酸ナトリウム（0.02%）を用います。赤ちゃんがプール熱にかかったときは、おむつ交換をした後に、しっかりと手を洗うことが勧められます。

プール熱は、症状がなくなったあとも、喉から1～2週間、便からは1カ月程度、ウイルスが排出されることがあります。学校保健法では第二種伝染病に指定されており、症状がなくなったあとも2日間は出席停止とされています。ほかの子どもたちにうつさないように、しばらくは慎重に行動しましょう。

次号（2016年9月号）では  
「マイコプラズマ肺炎」を取り上げます。