

〈プール熱に気を付けましょう!大人もかかります!〉



文：小児科 古澤 有花子

の感染を防ぐためタオルなどを共用しないことは基本です。古い目薬の使用や、一つの目薬を家族で共用するのもやめてください。

予防法は？

大人もうつります!! 感染力が非常に強いです。

- 流水・石鹸による手洗いうがいを頻繁にしましょう。
- プールの前後はシャワーを浴び、眼を洗いましょう。
- タオル、洗面器、食器などを共有することはやめましょう。目やにや唾液がたくさん付着したタオルは、分けて洗うほうが無難です。入浴の順番を最後にするといった心配りも感染拡大予防に役立ちます。
- 感染している人との接触はできるだけ避けましょう。
- 便にもウイルスがいるので、排泄後、おむつ換えの後には十分に手を洗ってください。
- 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用エタノールや漂白剤などの次亜塩素酸ナトリウム(0.02%)で消毒しましょう。アルコールは効果が乏しいです。
- 咽頭からは7~14日間、便からは30日間程度は、ウイルスを排出し続けることがあります。



プール熱になったら？

- 周りの人にうつさないことが大切です。
- 症状が消えてからも2日間は学校をお休みし、友達との交流もひかえましょう。

無理をせず、早めに受診しましょう。

安心と信頼を『見える化』

検査課では日頃から、みなさまに信頼できる検査データを提供できるように機器メンテナンスやデータの精度管理を徹底しております。

そこで、みなさまにより信頼できる検査データを提供しているか、第三者に評価してもらい、精度保証施設認定を取得しました。

精度保証施設認定とは日本臨床衛生検査技師会により、その施設が提供する臨床検査データが標準化され、且つ精度が保証されていることを認証するというものです。

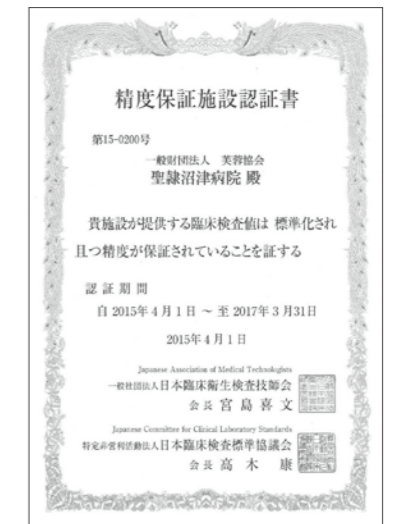
■審査基準は…

- ☑日本臨床衛生検査技師会主催の外部精度管理調査にて良好な成績であること。
- ☑都道府県技師会主催の外部精度管理調査にて良好な成績であること。
- ☑臨床検査データ標準化事業に協力・実践をしており、内部精度管理記録などを残していること。
- ☑臨床検査技師により臨床検査がおこなわれ、日臨技生涯教育研修制度を修了していること。

今回この認定を取得することで、みなさまに安心と信頼を『見える化』することができました。

これからも、この精度を維持しつづけ、病気の予防・治療に役立つ信頼できる臨床検査データを提供してまいります。

(文：検査課 課長補佐 山岸 薫)



プール熱って？

医学用語では【咽頭結膜熱】といいます。咽頭とは“のど”のこと、結膜とは目の“白目”の部分のことをいいます。アデノウイルスの感染が原因で起こる発熱、咽頭炎、結膜炎をおもな症状とするウイルス感染症です。プールを介して感染し流行することが多いので[プール熱]と呼ばれます。そのため、夏の病気だと思われがちですが、ほとんど一年を通じてみられる病気です。



感染力が強く、保育所、幼稚園、学校などで流行することが多いため、学校保健法で第二種伝染病に指定されていますが大人もかかる病気です。

症状は？

【高熱】

38~40度の高熱が突然出て発症します。熱は午後から夜にかけて上がってきます。4~7日間続き、熱はなかなか下がらず、元気もなくなります。

【のどの痛み】

のどが赤く腫れ、4~5日間痛みます。のどが痛いので食欲が減ります。咳が出て、扁桃腺炎を伴うことも多くあります。

【結膜炎】

目が赤く充血し、痛み、目やにが出て、目を開けているのがつらくなります。

これらの症状がすべてあるとはかぎりません。特に結膜炎は熱とほぼ同じころからあつたり、2~3日目に気がつくこともあります。

このほかに頭痛、寒気、食欲不振、吐き気、下痢、鼻水、耳の

うしろ、首、顎の下のリンパ節の痛みなどの一般的なカゼの症状が出ることもあります。

感染から発症までの潜伏期間は、約5~7日といわれます。

どうやってうつるの？

咽頭結膜熱にかかっている人の唾液や涙のついたタオル、衣類を介して感染します。咳やくしゃみにより飛沫感染や、便中に排泄されたウイルスで経口感染することもあります。プールでの感染はウイルスに汚染された水から結膜に直接入ってくるとされています。



治療法は？

ウイルスによる病気なので、特効薬はありません。対症療法が中心です。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。

【高熱に対して】

薄着にして熱を下げます。無理に冷房にあてたりする必要はありません。熱がこもらないような服装をしましょう。高熱では脱水に注意です。水分を取らせるようにします。しかし、体力が消耗すると水分を吸収することもできなくなり、点滴を受けなければならないこともあります。

【のどの痛みに対して】

次第に痛みも和らいていきますが、痛む間は、味の濃い物、熱い物、ざらざらするものはのどを通りにくいので、プリンやゼリー、牛乳、野菜ジュース、豆腐、おかゆやスープ(冷まして)などがいいでしょう。柑橘系はのどにしみる可能性があります。

【結膜炎に対して】

指で目を触らないこと、目やにが出て目を触りたくないときも、ハンカチではなく使い捨てるティッシュを使いましょう。家族へ