



3月は1年の総まとめの時期です。新年度に向けて準備が忙しい時期ですが、お子さんの成長を振り返ったり、新年度に向けた準備を進めたりするためにも、もう一度、母子健康手帳を開いてみましょう。

母子健康手帳、定期的に見直してみませんか

☆身体発達曲線に育ちを記録していますか？



身体発達曲線【成長曲線】には、子どもの身長と体重の育ちの目安がのっています。ここに、お子さんの身長と体重の測定値を記入し、線で結んでみましょう。成長曲線の目安とお子さんの測定値のグラフが平行に伸びていれば、順調に成長していることがわかります。

☆予防接種、受けそびれはないですか？



3歳以降は予防接種の数が減るため、つい忘れがちですが、日本脳炎や麻疹風疹、流行性耳下腺炎などの追加接種があります。せっかく最初の接種を受けても、追加接種を受けないと免疫が十分につきません。追加接種を受けそびれないように気を付けましょう。

アデノウイルス感染症

インフルエンザと並行してアデノウイルス感染症も流行しているようです。咽頭結膜熱、流行性角結膜炎については出席停止となりますので、受診時に良く確認して下さい。

アデノウイルス感染症

プール熱（咽頭結膜熱）

発熱 + 結膜炎 + 咽頭炎 出席停止

アデノウイルスによる感染症のうち、**発熱**、**結膜炎**、**咽頭炎**の3つの症状が揃った時にプール熱と診断されます。夏に多いです。

発熱 およそ3～5日

結膜炎 目の充血や痛み、流涙

咽頭炎 のどの痛みがあり、
のどの奥に白い苔のようなもの（白苔）ができることも。
ほかに発疹や筋肉痛、下痢など胃腸炎症状が出ることも。



出席停止（登園停止）期間

発熱やのどの痛み、結膜炎などの症状が消失したあと
2日を経過し、医師の許可を得るまで



なぜ「プール熱」と呼ばれるの？

アデノ感染症自体は年中流行するので季節性はありませんが、その中のプール熱は夏に、プールを介して流行しやすい傾向があったためそう呼ばれました。ただし、プール以外でも感染する可能性は十分あります。



プール後の洗顔をしなくなった理由

以前はプール熱の感染を防ぐためにプール後に水道水で目を洗う行為が推奨されていましたが、現在はむしろ目を保護する粘液を洗い流してしまうことでかえって目を傷め、細菌感染のリスクが上がるとされ推奨されていません。日本眼科医会も「プール後の洗顔は推奨しない。プールに入るときはゴーグルを推奨する」と声明を出しています*。



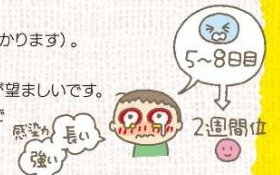
* <https://www.gankaikai.or.jp/school-health/3da61df5c0c7a1365092b83670e9395.pdf#page=21>

参考文献
1. 百村 光昭. アデノウイルス. 小児内科. 2023;55(4):629-32.
2. 国立感染症研究所. 過去10年間の比較グラフ (咽頭結膜熱).
<https://www.niid.go.jp/niid/ja/10/2096-weeklygraph/1645-02pcf.html> [updated 2023/11/10].
3. Martin J. The Streptococcus pyogenes Carrier State. Streptococcus pyogenes: Basic Biology to Clinical Manifestations. 2016.

流行性角結膜炎

目の充血、目やに 出席停止

目の充血や目やになどの強い症状を起こすことがあり、「はやり目」と呼ばれます。
症状は5～8日目にもっとも強く、
約2週間ほどかけて徐々に改善していきます（時間がかかります）。
時に角膜炎や視力低下を起こすことがあるため、
症状がある場合には眼科を受診して点眼薬による治療が望ましいです。
感染力も非常に強いので、結膜炎の症状が消失するまで登園や登校は停止となります。



アデノウイルス感染症とよく似た病気

溶連菌感染症

アデノウイルス感染症同様に**発熱**と**目の痛み**があります。
のどを綿棒でこする検査（迅速抗原検査）で診断します。
咳が出ないことが多いです。

一方でアデノは風邪のウイルスなので咳が出ることもあります。
元気な子どもの12～20%で溶連菌を保菌（病気の原因ではないが検出）しており、特に年齢の小さな乳幼児では偽陽性（本当はその病気ではないのに検査で陽性となること）の問題もあるため3歳以上で検査を考慮しています。
アデノウイルス感染症と違い、溶連菌感染症では抗菌薬の内服が必要です。
リウマチ熱という合併症があるため、予防目的で抗菌薬の内服がすすめられます。



川崎病

1～4歳（特に1歳前後）に起こることが多く、**発熱**、**目の充血**、**手足の指の腫れ**、**発疹**、**口唇の発赤**、**首のリンパ節の腫れ**などの症状が見られることが多いです。
合併症として、心臓に栄養や酸素を送る血管である冠動脈に瘤（こぶ）を作ることがあります。将来それが詰まったり狭くなったたりする可能性があるため、川崎病と診断されたらガンマグロブリンなどの薬を使って早めの治療が必要です。