

感染力の強い「はやり目」



「はやり目に負けない体づくりを」と語る久保田先生

プール、スポーツ、レジャーが盛んになる春から秋は、流行性角結膜炎（以下はやり目）にかかりやすい時期です。花粉症を代表とするアレルギー性結膜炎が多く見られる時期

でもあり、これらは急性に発症する充血、目やに、異物感、腫れといった代表的な症状も似ているため鑑別が非常に重要です。はやり目はアデノウイルスというウイルス感染により引き起こさ

筋トレ眼科医・久保田明子

久保田 明子（くぼた・あきこ）1971年生まれ。金沢医科大学卒。眼科専門医。医学博士。大学病院や都内クリニックを経て、06年から「アイクリニック自由が丘」（目黒区）院長。パーソナルトレーナーの夫とは趣味のサーフィンを通じて出会う。趣味はボディートレーニング。娘と息子を持つ「ママ美女医」。

れる最も症状の強い角結膜炎です。症状は先に記載したものに加え、涙、眼痛、目の前のリンパ節の腫れや圧痛、まぶたの結膜のぶつぶつです。炎症が強い場合、膜が張り（偽膜形成）結膜同士がくっついたり、角膜（黒目）に淡く小さい斑点状の混濁を残すことがあ

り、この混濁は治療に数カ月を要し、その間まぶしさや見えにくさを自覚します。

診断は上記の所見でなされますが、結膜をぬぐった液からウイルス抗原を検出する迅速診断キットもあります。約15分で結果は出ますが若干感度は低いため、陰性だとしても流行性角結膜炎を完全否定はできません。

治療ですがアデノウイルス全般に直接効いてくれる薬はなく、対症療法として抗炎症剤、抗菌剤が処方されます。ウイルスの威力が衰えてくると同時に軽快していくのを待つしかなく点眼をしていてもすっきり治らないのですが、他の細菌の混合感染予防という意味もあるため、点眼はやめずに根気よく続けてください。もしも偽膜

が見られた場合は除去し、角膜混濁については根気よくステロイド点眼を使用する必要があります。

アデノウイルスはとも感染力が強いので、診断されたら2週間ほどはできるだけ他人との接触は避けたいですが、基本的に接触感染なので目を触らなければ防げます。

点眼をする時など、仕方なく目を触った時はせっけん流水でよく洗い、家族内でタオル、枕、その他も目やにや涙で汚れそうな物の共有は避けてください。すぐに視力や命に関わる疾患ではありませんが、目の不快感はすべての調子を狂わせるつらいものです。日ごろからウイルスに侵されないうえ、強い体づくりを心がけましょう。

…も〇：は
暇止まり目
は成人の場合、必ずし
休も出席停止しなけれ
の勤出ばならないという法
意出ばならないという法
不ば的根拠はありませんが、
いれ他人と接触する機会が多
なすい学校、医療施設、接客
べ患業などに従事している人
喜罹は伝染を防ぐために出勤
停止を医師から指示される場合
があります。私も忙しい研修医
時代に罹患（りかん）し、上司
から外来病棟出入り禁止命令が
出され、家に引きこもり目やに、
異物感、まぶしさで困って
いました。あんなにうれ
しくない不意の休暇は後
にも先にもあの時
だけです。