

こどもの病気「プール熱（咽頭結膜熱）」

夏に水泳の授業がはじまると流行るのがプール熱です。プールに入らなくてもうつりますし、夏以外にもみられることがあります。

- 原因：アデノウイルスの感染です。潜伏期間は5～10日です。
- 症状：39度くらいの高い熱が、3～7日続きます。のどがはれ、目が充血し、目やにが出ます。腹痛、下痢、吐気などがみられることもあります。
- 治療：熱をさげるためのくすりが処方されます。のどのはれをおさえるくすりが出ることもあります。目の状態によっては、目ぐすりが出ます。

（治療については、お医者さんの判断によりちがいます。ここには一般的なものを記載しています。）

- 病院に行くタイミング：高熱が続いたり、水分もとらなくなったり、ぐったりしていたら受診しましょう。
- いつから学校（保育所）にいったいいい？：熱がさがって、のどの痛みや目やにがなくなるまで、休ませてあげましょう。
- おうちでできること：
 - 休む・・・家でゆっくりしていきましょう。高い熱が続きますが、解熱剤は、使いすぎないようにしましょう。
 - ごはん・・・食欲がおちていても、水分が取れていればあまり心配しないでいいです。口当たりのよいものにしてあげましょう。水分はこまめに取ってください。
 - お風呂・・・熱が高くなければ、入ってもいいでしょう。
 - 予防・・・アデノウイルスは感染力が強いです。ご家族も手洗いをまめにしましょう。

夏のかぜには、鼻水やせきといった症状はなく、熱だけが出るものもあります。中には無菌性髄膜炎をおこすものもあります。様子を見て、気になれば受診しましょう。

今回のおはなし「くすりをのむ時間」

おくすりを飲む時間は、たいてい食後と指示されています。でも、乳幼児は、おなかがいっぱいだと、くすりを飲んでくれません。また、ミルクやおっぱいといっしょに、もどしてしまうこともあります。特別に指示がなければ、食後と指示されていても、食事の前のおなかがすいている時間に飲ませてもかまいません。寝てしまっている場合は、時間だからと起こさないで、目覚めてから飲ませましょう。飲み忘れたからといって、2回分を一度にあげることはやめてください。

午前に受診した場合は、1日3回の処方なら、帰宅後すぐ、おやつ時、寝る頃の3回あげるとよいでしょう。1日2回の処方なら、帰宅後と寝る頃ですね。午後（夜）の診察なら、夕食後からにします。

もし、熱が高かったり、のどが痛かったりして、食事が取れていなくても、おくすりは飲んだほうがよいでしょう。ヨーグルトやゼリーなどの口当たりのよいものといっしょなら、飲んでくれることが多いです。また、吐気があって、もどしている場合は、無理に飲ませないでください。半日くらい先からでもかまいません。おちついてからあげましょう。ただし、水分も取れなくなっているときは、受診してくださいね。