

それって本当に花粉症!? 自己判断が感染を広げる原因に

意外と多い目に症状が出る感染症が今年度も流行！ その症状、花粉症ではないかも?!

今年も花粉症の方が多くなる季節となりました。この時期に「目のかゆみ」を感じる方も多くいらっしゃるのではないのでしょうか。しかしながら、「目のかゆみ」にはさまざまな原因があります。今回は「目」に注目し、毎年の流行時期から外れて急増している咽頭結膜熱、インフルエンザ、そして溶連菌感染症について、動向調査をもとに見ていきたいと思います。これらの感染症は、主に、接触感染、飛沫感染で広がっていきます。

花粉症と思っていたら実は違い、気がついたら自分の周りに感染が広がっていた、ということがあるかもしれません。目に症状が出る感染症について、目の専門医である佐々木香る先生に伺い、本日AMR臨床リファレンスセンターHPにて公開します。

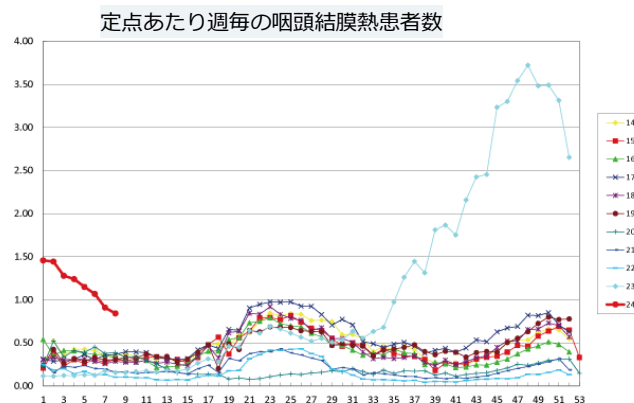
例年の3倍以上の感染者「咽頭結膜熱 (プール熱)」

例年、咽頭結膜熱はプール熱といわれるように、6月-8月頃の夏に流行しますが、今年度は8月の終盤((第35週(8月28日~9月2日))あたりから報告数が急激に伸びてきています。冬は落ち着く季節であるはずなのに、首都圏を中心に新型コロナウイルス感染症を上回る伸びを示しました。原因はアデノウイルスで、小児が感染することが多く、東京都の感染者数は5歳以下が約82%を占めます*。主な症状は、発熱、のどの痛み、結膜炎(流涙、充血、結膜の腫れなど)です。

感染した人の気道分泌物の飛沫、目脂やそれがついたものを直接または手指で触れることでうつります。

ウイルス感染であり、ほぼ2週間くらいで症状は自然に改善します。咽頭結膜熱と診断された場合、登校・登園は学校保健安全法により停止になります。熱やのどの痛み、結膜炎などの主要な症状がなくなってから2日間が過ぎたら出席できることになっています。

* 2023年10月12日 東京都保健医療局 (報道発表資料)
<https://www.metro.tokyo.lg.jp/tosei/hodohappyo/press/2023/10/12/15.html>



<https://www.niid.go.jp/niid/ja/10/2096-weeklygraph/1645-02pcf.html>

「流行性角結膜炎 (はやり目)」

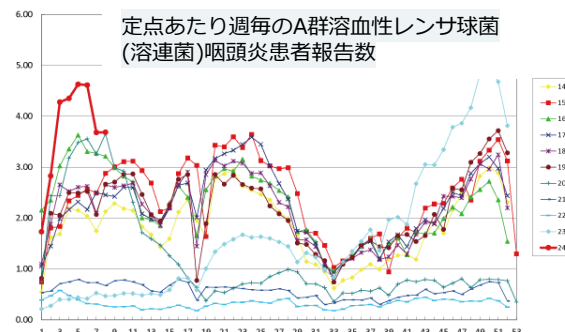
咽頭結膜熱と同様、アデノウイルスの感染によって発症します。同じアデノウイルスでも種類が異なり、咽頭結膜熱よりも目の症状が強いのが特徴で、感染力が大変強くあっという間に広がります。涙が多く、激しい充血、結膜に点状の出血が現れたり、結膜がむくんだり、偽膜ができたりします。耳の前のリンパ節が腫れたり、痛くなったりします。角膜にも炎症が及ぶと、点状の濁りがでて眩しく感じたり、視力が低下したりします。これは1カ月以上も続くこともあります。ウイルスに対する特效薬がないので、PAヨード製剤で目の表面を洗浄したり、炎症を抑えるステロイドを点眼します。

また角膜に傷がある場合のみ抗菌薬を点眼することもあります。なお偽膜は外科的に取る必要があります。接触感染でうつるので、職場や家庭で広がらないようにすることが大切です。流行性角結膜炎は「登園・出席停止期間」が決められていませんが、症状により医師から感染の恐れがないと認められるまでは出席停止の対象になっています。

増加が続く「A群溶血性レンサ球菌(溶連菌)咽頭炎」

今年度は9月終わり頃(39週(9月25日～10月1日)あたり)から感染者数の報告が増加しています。典型的な溶連菌咽頭炎は、のどが真っ赤に腫れて強い痛みがあり、扁桃腺に膿がついたり、38℃-39℃の高熱が出ます。目は鼻や咽頭と繋がっていますので、軽く充血することもありピンクアイと呼ばれます。一般的には咳や鼻水などのかぜ症状は少ないですが、小さな子どもだと鼻水だけの軽い症状のこともあります。また、稀ではありますが、連鎖球菌性毒素ショック症候群、リウマチ熱や急性糸球体腎炎など、重症化したり合併症を起こすことがあります。溶連菌に感染していると判断されると、抗菌薬が処方されます。

2、3日で症状は良くなりますが、処方された抗菌薬はすべてのみ切ることが大切です。手洗いをきちんとすることと、咳エチケットを徹底することが有効な予防策です。



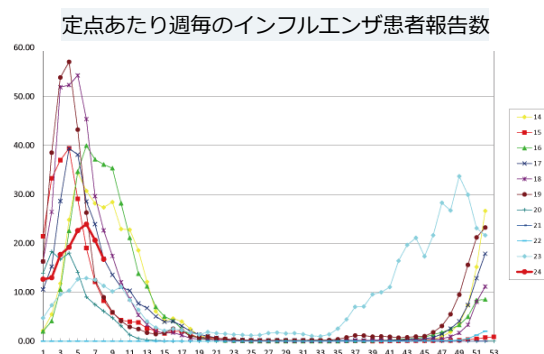
<https://www.niid.go.jp/niid/ja/10/2096-weeklygraph/1646-03strepta.html>

流行が続く「インフルエンザ」

インフルエンザは、通常、夏の時期には発症がほとんど見られませんが、今年度は、2023年9月(第36週)時点で定点当たり報告数が4.48であり、過去10年間と比べてかなり早い時期からの流行となっていました。

インフルエンザといわれる「かぜ」の違いは、「かぜ」はのどや鼻、咳など上気道の症状が中心であるのに対し、インフルエンザはそれらの上気道症状に加えて、頭痛や倦怠感、関節痛などの全身症状が目立つのが特徴です。また、発症は急激です。一般的に結膜炎の原因にはなりませんが、ウイルスの存在する鼻やのどと目はつながっており、反応性に充血を認めることもあります。インフルエンザと新型コロナウイルス感染症はどちらもウイルスが原因ですが、症状だけでは区別が付きません。高齢の方や免疫力の低下している方では二次性の肺炎を伴うなど、重症になることがあります。インフルエンザに罹ったかなと思ったら、人混みや繁華街への外出を控え、無理をして学校や職場等に行かないようにしましょう。また、家族や周りの方へうつさないように、咳エチケットを徹底しましょう。そして水分を十分に補給し、安静と十分な休養をとることが大切です。高熱が続く、呼吸が苦しい、意識状態がおかしいなど具合が悪ければ医療機関を受診しましょう。

予防はやはり手洗いや咳エチケットを徹底することが有効です。現在国内で用いられている不活化のインフルエンザワクチンは、感染を完全に阻止する効果はありませんが、インフルエンザの発病を一定程度予防することや、発病後の重症化や死亡を予防することに関しては、一定の効果があるとされています。



<https://www.niid.go.jp/niid/ja/10/2096-weeklygraph/1644-01flu.html>



関西医科大学 眼科学講座 病院教授
日本眼科学会専門医/指導医

眼科専門医からのコメント

- ・例年、2月に入るとぐんと花粉症の患者様が多くなります。毎年繰り返しの方もいらっしゃるが、今年初めてなったという方もいらっしゃいます。涙が多く出て、充血して、鼻水も出て、かゆくてつらいですね。ただ、ここで注意すべきことはウイルス性の結膜炎も、似たような症状が出ることです。つまり涙、充血、鼻水です。耳の前のリンパ節が痛くなったら特に注意です。「毎年のアレルギーがでちゃった」と言って、職場や家庭で楽しく過ごしておられると、あっという間に「皆、流行り目仲間！」なんてこともあります。
- ・自己判断せず、早めに眼科を受診して、どちらか判断してもらうことが大切です。
- ・涙は危険な感染源です。触らない、触ったら手洗い、目薬やタオルを共有しない、ティッシュはすぐに捨てる、など十分注意されてください。



今一度、見直したい基本的な感染症対策

新型コロナウイルス感染症の流行が落ち着き、基本的な感染症対策が疎かになりがちです。コロナだけでなく、周囲に感染を広げる感染症は多くあります。再度、感染症予防としての手洗いや咳エチケットなどを見直しましょう。

▶正しい方法で手洗いをしよう

わたしたちが感染する病原体(細菌やウイルス)の多くは、まずはわたしたちの手に付着します。その手で鼻や口などに触れると、その病原体が体内に侵入し、感染が成立します。また、わたしたちが病原体のついた手でさまざまなものに触れ、周りの人がそれらに触れることで、感染が広がっていきます。わたしたちの手は、さまざまな感染症を運んでいるのです。あなたが手を洗うことで、手についた病原体があなたのからだに侵入するのを防ぐだけでなく、周りの人に感染を広げることを防ぐこともできるのです。手洗いは、日々の生活の中でできる、きわめて有効な感染対策です。



▶タオルや目薬の共有に気をつけよう

先ほど紹介した「A群溶血性レンサ球菌(溶連菌)咽頭炎」の感染経路にもなるなど、家族間であっても感染者がいる場合は特に、タオルの使いまわしは感染症の拡大につながる恐れがあります。また、目薬の共有は、容器が目やまつ毛等に触れることにより汚染され、感染の拡大につながる恐れがあります。できる限り共有は行わないようにしてください。

▶咳エチケットを心がけよう

インフルエンザや新型コロナウイルス感染症をはじめとして、咳やくしゃみの飛沫により感染する感染症は数多くあります。「咳エチケット」は、これらの感染症を他人に感染させないために、個人が咳・くしゃみをする際に、マスクやティッシュ、ハンカチ、袖を使って、口や鼻をおさえることです。特に電車や職場、学校など、人が集まるところで実践することが重要です。

咳エチケットを守ろう

咳やくしゃみのしぶきは2mくらい飛んでいきます
しぶきに含まれた細菌やウイルスをひろげないようにするには...



▶ワクチン接種をしよう

感染症にはワクチンで予防できるものがたくさんあります。ワクチンをうつと、あなたのからだはその病原体に対して免疫を獲得します。そうすると、その病原体がからだに侵入しても、病気にならない、または病気になっても症状が軽くすむようになります。