



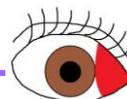
## 赤い目（レッドアイ）について

子どもたちの大好きな戦隊ヒーローならば、レッド〇〇と言えば戦隊のリーダーで、主役のイケメン俳優（お母さま方の大好きな）と相場が決まっています。しかし保健室の中では、レッドアイは嫌われ者で、悪役になることが多いです。



一般的に「目が赤い」時には、出血・炎症・感染を疑いますが、簡単にこれらを区別することは困難です。

### 結膜下出血



まず、出血の代表として、結膜下出血があります。

外傷などでもなることがあります。鼻血のようなもので、何の原因もなく、自覚症状もなく、人から指摘されたり、鏡を見て気づくことが多い病気です。

でも鼻血と違い、ティッシュで拭いたり、ティッシュを詰めたりしたら、新しく傷をつけてしまうだけです。

結膜下出血は、普通片方の目だけで、真っ赤な部分と白目の所の境界がはっきりしているので、簡単に区別することができます。白目全体をおおったり、少しの出血が点々と見える時には区別が難しいこともあります。

メヤニも出ず他の症状がなければ、重い病気になったり、後遺症が残ることはありませんので、様子を見てかまいません。

### アレルギー性結膜炎



次に、炎症の代表としてアレルギー性結膜炎でも赤い目になります。

特徴は、とにかくかゆみを伴うことです。両方の目に同時に発症することが普通で、中には片方の白目の所がゼリー状に腫れてくることもあります。

白いメヤニが少し出ますが、手で目を開かないといけなような、たくさんのメヤニが出ることはまずありません。

原因はアレルギー体質ですので、根本治療は難しいですが、対症療法で症状を落ち着かせる必要があります。

空気中の浮遊物（花粉・ほこり・動物の毛など）が原因となります。これらを減らすように、室内の掃除をしっかりとしましょう。



## 細菌性結膜炎・はやりめ（急性ウイルス性結膜炎）

最後に、感染の代表として細菌性結膜炎と、はやり目（急性ウイルス性結膜炎）があります。

どちらも最初は片方の目で、たくさんのウミのようなメヤニが出ます。特にはやり目は、短期間に集団的に発生し、感染力も非常に強いので、感染予防がとても大切です。



これからの季節はプールに入る機会も多いと思いますが、咽頭結膜熱（別名はプール熱）という、プールでうつることの多いはやり目もありますので、特に注意が必要です。

はやり目になると、白目が赤くなり、メヤニや涙が増えます。他にしょぼしょぼ・ゴロゴロ感や、まぶた・耳の前のリンパ節の腫れや、まぶしさを自覚し、発熱などが起こることもあります。



自分のためにも周りの人のためにも、はやり目かどうかを15分で確認できる検査がありますので、メヤニが多い赤い目は必ず眼科で診察を受けて下さい。

また、赤い目で、強い痛みを伴う場合や、見え方が悪くなった場合などは、他の重い病気である可能性もありますので、やはり眼科での診察が必要です。



はやり目と診断されたら、これ以上周りの人に移さないように注意することが大切です。

予防方法は以下の通りです。

- 1 目をこすらないよう気をつけ、手洗いを十分に行うこと。
- 2 休養をとって体力をおとさないこと。
- 3 幼稚園、保育所（園）、学校は、医師の許可があるまで休むこと。
- 4 人混みには出かけないこと。
- 5 医師の許可があるまでプールに入らないこと。
- 6 お風呂は、家族の中で最後に入ること。
- 7 タオル、洗面用具などは、家族のものと別にすること。
- 8 患者さんが一度使った目薬を借りたりもらったりしないこと。



※ 呉市の『保育所（園）・幼稚園における感染症の対応マニュアル』では、咽頭結膜熱（プール熱）は、主要症状が消退した後二日を経過してから、また流行性角結膜炎は、結膜充血・眼脂などの症状が消退すれば登園（所）可能としています。

ほけんだよりは、呉市のホームページでもご覧になることができます。

URL <http://www.city.kure.lg.jp/~kodosise/hoken.html>