

今年も流行るか おう吐下痢症

★ 秋から春にかけて4ヶ月から2歳くらいの乳幼児がおう吐下痢によくかかります。この原因の多くはロタウイルス、アンデノウイルスです。

おう吐下痢で入院が必要な2歳未満児の約50%がロタウイルスによるものだとされています。

★ **症状** 突然に吐きはじめ、続いて白っぽい、水のような下痢をし、脱水症状をおこすことがあります。症状が強く、治るまで一週間くらいかかることもあります。

★ **治療** 吐き気止めや下痢止めの薬もありますが、家庭では食事療法が大切です。高熱を伴ったり、グッタリして顔色が悪く脱水が強いときは点滴や入院が必要になります。

★ 家庭での食事療法

①**母乳**は、与えてもかまいませんが、短時間できりあげて回数を多く。

②**ミルク**は、1ヶ月・2～2ヶ月・3にうすめて少量ずつ回数を多く。

③**離乳食を食べていたら**、乳幼児用のイオン飲料（アクアライトなど）、野菜スープのうわずみ、みそ汁、リンゴのしぼり汁など。

④**幼児以上**では、十分な水分補給が大切です。

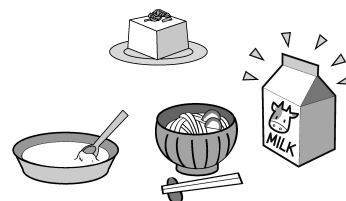
栄養のことはあまり気にしないで、食欲がないときは無理に食べさせる必要はありません。食べたがっても控え目にして、腸をやすませてあげましょう。

⑤ 何を食べるか便と相談して

水のような便⇒ イオン飲料、番茶、野菜スープなど。

ドロドロな便⇒ とうふ、パン粥、おろしリンゴなど。

やわらかい便⇒ おかゆ、うどん、白身魚など。



★ こんな時は早めにかかりつけ医に受診しましょう。

- (1) 吐き気が続く時、何回も吐く時
- (2) 元気が無く、顔色が悪いとき
- (3) 唇が乾いて、オシッコが少ないとき

かかるときは飲んだ水分量、オシッコや下痢、吐いた回数をメモして行きましょう。