

嘔吐・下痢

おう と

まず疑うのは…

発熱、嘔吐、下痢症状が揃えば、**ウイルス性胃腸炎**の可能性が高いです。
突然の嘔吐症状からはじまり、続いて下痢症状、時に発熱がみられます。
ウイルス感染がほとんどで、自分の免疫で治すため治療は対症療法が中心です。



ウイルス性胃腸炎の原因となるウイルスは？

ロタウイルス、ノロウイルス、アデノウイルスが小児期で主なウイルスとなります。
ロタウイルスは嘔吐症状が強く、白っぽい便が出るのが特徴です。
また合併症として **けいれん** を起こすこともあります。

ウイルス性胃腸炎とは

嘔吐や発熱ではじまります。

嘔吐は1～3日続き、遅れて下痢が3～7日ほど続きます。

原因の多くはウイルスで、ウイルス性胃腸炎といいます。

原因としてはノロウイルスやロタウイルスが多いです。



治療は？

脱水の程度が軽く、合併症がなければORSなどの経口補水液などで治療します。

嘔吐が落ち着き、食べられるようになれば食事を開始します。

病院では下痢の期間を短縮させるため整腸剤を処方することが多いです。

吐き気止めも時に処方しますが、副作用があるため注意して使用します。

下痢止めは小児では腸閉そくの原因となりうるため
使いません。



ロタウイルス性胃腸炎

ロタは
予防接種
あり!!



11月頃から増加し、3～5月に特に流行します。

抗ウイルス薬など特別な治療法はありませんが、

日本では2011年末からワクチンが開始され、

2020年から定期接種となった

有効なワクチンがあります。

入院患者の数が大きく減ってきており

非常に有効なワクチンですが、

接種時期によって腸重積のリスクの可能性が指摘されているため、

接種時期が決められています。

ロタウイルスは
けいれんを走らす
ことがあります



詳しくは
「ロタウイルス感染症」
をご覧ください



6週～



24週

1価ワクチン
2回



6週～



32週

5価ワクチン
3回

症状 嘔吐・下痢（白っぽい便）

潜伏期間 1～3日

治るまで 約1週間

ノロウイルス性胃腸炎

11月～3月にかけて流行します。

重症になる患者の割合はロタウイルスより少ないですが、

頻度は最も多い胃腸炎です。

また乾燥した吐物から空中に舞ったウイルスを吸い込んで感染することもあります。

熱は出ないか、出ても軽い場合が多いです。**症状がなくなった後も3～7日**くらい、
長い場合は1ヶ月ほど便にウイルスが排出されます。

感染しても免疫ができないので、**何度もかかる可能性**があります。

抗ウイルス薬やワクチンはありません。



症状 嘔吐・下痢

潜伏期間 1～3日

治るまで 約1週間

必ず受診



こたつでねがせておくのは脱水症状をまねきます...

- ☐ 嘔吐症状が強く、半日以上**水が飲めない**
- ☐ ぐったりしている
- ☐ 水の様な下痢が **1日6回以上**ある
- ☐ □や舌が**乾き**、涙が出ない
- ☐ 尿の量が少ない
- ☐ **血便**が出た



まったくおしこぎしてないわ...



感染予防のポイント

Point

手洗い・消毒

下痢の場合

便を扱った手から口の中にウイルスが入り感染します。
頻回に手を洗ってください。



嘔吐の場合

吐物が床に落ち、乾いてから空気中に飛び、それを吸い込んで感染することがあります。

吐物の処理は次亜塩素酸ナトリウム（**ミルトン**や**ハイター**）などできちんと拭き取ってきれいにしておきましょう。
消毒用アルコールや石けんはノロウイルスには効果がないので注意が必要です。



ミルトンやハイターでしっかり消毒

ウイルスを広げてしまうので霧吹きはNG...



おうちケアの ポイント

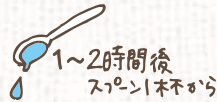
Point

ゆっくり経口補水療法



嘔吐後すぐに水分を与えると、再度嘔吐してしまうことがよくあります。水分補給はゆっくりと。

- 1** 嘔吐後は1～2時間お腹を休めて
最初はスプーン1杯分から水分摂取を



- 2** それでも吐かなければ、少しずつ量を増やして

- OS-1、アクアライトORS 理想的（市販）
- りんごジュース、お味噌汁 嫌がる場合
- 母乳 量制限なしでOK
- ミルク 少なめ・いつもの濃さでOK

おすすめ
の水分



水分摂取ができている場合は嘔吐症状が改善し
下痢が治まってくれば食事摂取（おかゆ、温かいうどんなど）
を開始しましょう。

よくある質問



Q 下痢が続いていても登園は可能ですか？

A

胃腸炎の下痢は1～2週間ほど続くことがあります。
ピークを超えていれば登園可能ですが、
下痢が続く間の便の処置は、使い捨て手袋をつけ
直接手に触れないようにし、また手洗いをこまめに行ってください。



家でひろげないために

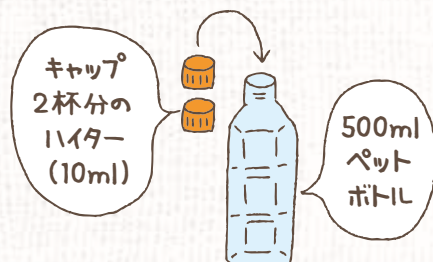
- 手洗いをしっかりとする
- タオルを共有しない
- トイレはふたをしめて流す



消毒は次亜塩素酸ナトリウムやアイロンで

次亜塩素酸ナトリウムの作り方

- 1 ハイターなどの塩素系漂白剤を500mlのペットボトルキャップ2杯分(10ml)入れる。
- 2 同じペットボトルに水を入れて薄める。
- 3 誤飲しないよう必ずラベルをつける。
- 4 作ったら最後まで使い切る。



誤飲しないよう必ず注意書きをする。



消毒の仕方

布やキッチンペーパーに含ませて、特に水道・ドアノブ・トイレ・洗面台を拭き取ります。

10分くらいで拭き取りをしないと金属部分がいたむので注意！
霧吹きはNGです。
換気も忘れずに。



アイロンも有効です

じゅうたんの上に吐いてしまったときなどはアイロンでもOK!

85度以上で1分間以上を目安に加熱してください。
次亜塩素酸ナトリウムが使えない場合はアイロンで消毒しましょう。



嘔吐・下痢の処理は

用意してあると便利な

ゲージセット 

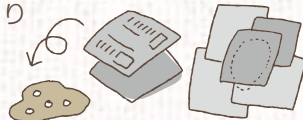
- 新聞紙・キッチンペーパー・古い布
- 次亜塩素酸ナトリウム
- ビニール袋を掛けたバケツ
- 使い捨てマスク
- 使い捨てビニール手袋

次亜塩素酸
ナトリウム誤飲に
注意!!
作ったら使い切る!!使い捨て
マスク

古い布

キッチン
ペーパー

新聞紙

使い捨て
ビニール手袋ビニール袋を
かけたバケツ事前に1枚ずつに
しておくとGood!1 マスクと
手袋を装着。2 キッチンペーパー・古い布・
新聞紙を吐物より
広めに掛ける。広めに
かける3 次亜塩素酸ナトリウム
を上から掛けて
吐物を拭き取る。4 処理した吐物や
下痢のオムツは
拭き取ったものごと
バケツに入れる。5 全部袋に入れて、
ぎゅっとしばって
封印完了。
処理後は必ず
手を洗う。洗濯機の洗浄も 50~80 倍に
薄めた塩素系漂白剤
でフルコース洗いを
1 回。第2弾も
バケツに...