

下痢

1 子どもが下痢をした！

お腹を冷やさないようにします。

どのような下痢便か観察しましょう。

水のようなか、泥のようなか、血液が付いているか、ネバネバした粘液が付いているか、などは診断のために非常に役立ちます。

便をオムツにしたなら、オムツを残しておきましょう。オムツをしていないなら、下痢便の一部をビニール袋に入れておいて、診察を受けるときに持参してください。

下痢の回数が多いとき、ぐったりし始めたとき、尿の臭いがかさいとき、脱水症状のあるときなどは輸液が必要となるので診察を受けましょう。

水のようなか
泥のようなか
血液が付いているか
ネバネバした粘液が
付いているか
確認



下痢便をした
オムツはビニール袋に入れて
診察を受ける時に持参



下痢便の回数と
症状、
おしっこ回数は
メモしておく



2 下痢をしたらどうするの？

1回の下痢便で止まることもありますが、下痢便の回数と性状(血液が付いているか、水様便かなど)や、おしっこの回数はメモしておきましょう。

発熱、発疹のある・なしも確認してください。

母乳は、そのまま飲ませてよいでしょう。

母乳でなければ、最初は白湯を少し飲ませてみるか、人工乳を普通の2倍に薄めて(ミルク粉1サジで40ml)飲ませてみます。乳幼児用イオン飲料でも結構です。いずれにしても、飲ませたことにより吐き気を示すことがありますので、多くても20ml程度だけで様子を見ます。

大きな子なら、絶食も少しは効果ありますが、乳幼児では、長くても3時間程度で飲ませ始めましょう。

その後は、おかゆ程度から開始しますが、量は控えめにしてください。

乳幼児では
長くても
3時間程度で
イオン飲料などを
飲ませる

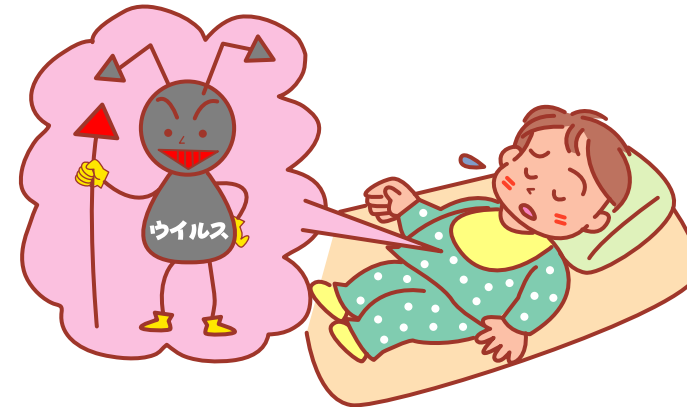


3 どうして下痢を止めないの？

お腹に悪いウイルスとか細菌が入ったために下痢は起きます。体内から早く排出しようとして下痢になっています。下痢止めなどにより排出しようとする働きを止めてしまうと、ウイルスや細菌が腸の中で増えるために、さらに症状は悪くなることが多いのです。

下痢を無理に止めないことも大事な治療です。整腸剤といわれる乳酸菌製剤などで、腸管内の悪い細菌などが増えにくい状態にしてあげます。

下痢は悪いウイルスを
体外に排出しようとする
働きです。ですから、
下痢を止めてしまうと
悪いウイルスがかえって
腸内で増えてしまうのです。



下痢を無理に
止めないことも
大事な治療です。

4 どんなものを食べさせてもよいの？

最初に食べてもよい物は、おかゆ、おじや、うどんなどのでんぷん質を少しずつ食べさせてみましょう。

油を使ったものや繊維質のものは避けます。

おかゆ・おじや
うどんなどを
少しずつ
食べさせてみる

