ウイルス性胃腸炎

冬場には毎年、乳幼児を中心にウイルスによる急性胃腸炎が流行します。

「吐き下し」、「嘔吐下痢症」とも言うように、急に吐いたり、水のような下痢になったりします。

数日でおさまるのですが、注意しなければならないのは、脱水です。早めに手当し、点滴治療が必要になることがよくあります。

とくに小さなお子さんでは、十分気をつけていて下さい。

世界の子どもにワクチンを
日本委員会

塚田こども医院

一口メモ

原因のウイルス

冬場の急性胃腸炎をおこす代表格は、**ロタウイルス**です。赤ちゃんではやりやすいので「冬期乳児下痢症」、真っ白い便になるので「白色便下痢症」と呼ばれていました。

最近よく問題になるのが**ノロウイルス**。糞口感染によって流行が広がりやすく、特に高齢者の施設や医療機関など集団発生がおきることがあります。また、冬場に生カキによる食中毒をおこすことでも知られています（十分に加熱することで予防できます）。

このほかにもいくつかのウイルスが同様の胃腸炎をおこします。

ウイルスによって症状の出方や重さは違うことがありますが、対処の仕方は共通です。予防のために手洗いやうがいを励行し、吐物や下痢便の始末をていねいに行ってください（ハイターなどの塩素系漂白剤で衣類や床面を消毒する）。残念ながらウイルスへの特効薬はありません。

症状の中では**脱水**の有無や程度が一番心配です。青白い顔でグッタリとしているときには早急に受診し、治療を受けて下さい。

まれに発熱や脱水のない軽度の胃腸炎にもかかわらず**けいれん**をおこすことがあり、注意が必要です。

ウイルス性胃腸炎

嘔吐下痢症とは

冬になると乳幼児は嘔吐下痢症（はきくだし）によくかかります．これは主にロタウイルスやアデノウイルスなどによってうつる病気です．突然吐き始め，続いて水のような下痢（レモン色～白色）になります．熱が出ることもあります．1週間位でよくなります．

治療の基本

薬も処方しますが，家庭での食事療法が一番大切です．吐き続けるときや脱水が強いときは，点滴や入院が必要になります．

家庭での治療

① 吐いたら飲むな　：吐き気が強い間は，しばらくは何も飲ませない．

② まずは水分から　：吐き気がおちついてきたら水分を少しずつ飲ませる．（アクアライト，アクアサーナ，ソリタ顆粒，番茶，お湯，うすめたリンゴ果汁など）

（　　）時頃から
（　　）ml位ずつ

③ 下痢だけになったら：便の様子を見ながら少しずつ消化のよい食べ物を与えていきます．詳しくは「下痢のときの食べ物」の項を読んでください．

※お風呂　：嘔吐，下痢がひどいときは控えましょう．下痢のためにおむつかぶれがひどくなるので，お尻を何度も洗ってあげましょう．

嘔吐をし、食欲もなくなる

下痢だけでなく、嘔吐も伴う。かぜ症状を伴うこともある。

脱水症状を起こす

ひどくなると、口の中がカラカラに乾燥し、舌も渇き、ウトウトし始める。さらに症状が進むと、ひきつけやショック状態を起こす。至急病院へ。

こんな時は早めに診察を

① 病院から戻ってからも吐き続けるとき．
② 元気がなく，顔色がわるいとき．
③ 唇が乾いて，おしっこが少ないとき．

次に受診するまでに

家庭で飲んだ水分の量，下痢や吐いた回数などをくわしくメモしておきましょう．

手洗いは大切な予防です。こまめに、忘れずに。