

乳幼児の下痢に際して



下痢時の留意事項

■ たべもの・のみもの

母乳栄養児：母乳は続けて飲ませてください。

人工栄養児：人工乳は半分に薄めて飲ませた方が良いでしょう。その後、回復すれば元の濃さに2～3日でもどして飲ませてください。

離乳期乳児、幼児：下痢が比較的軽いときは重湯、粥、あるいはやわらかく煮たうどんを食べさせましょう。下痢の激しいときは白湯(湯ざまし)、番茶、乳児用イオン飲料、スポーツドリンクなどを少量ずつ頻回に飲ませ、水分の不足による脱水を防ぎましょう。下痢が回復するにつれて順次粥食、病前の食事にもどしていきます。

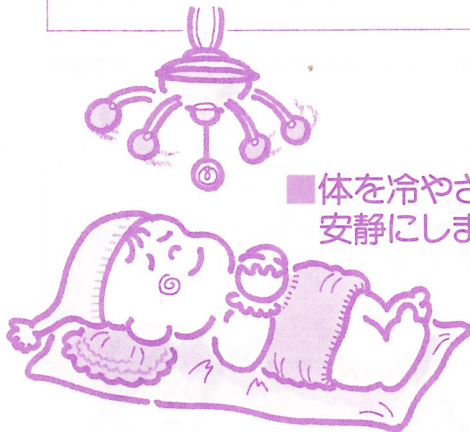
● 避けたい食品

- ★冷たい飲みもの、食べもの：清涼飲料水、ジュース、アイスクリーム、冷たい牛乳など
- ★脂肪の多いもの：揚げ物、バター、脂肪の多い肉や魚、卵など
- ★繊維の多いもの：いも、ごぼう、わらび、ぜんまい、菜っば、豆類、果物、海藻など
- ★砂糖分：ケーキ、菓子類、カステラ、チョコレート、プリンなど



※嘔吐がある場合は、少量ずつ頻回に与えましょう。

■ 体を冷やさず、
安静にしましょう



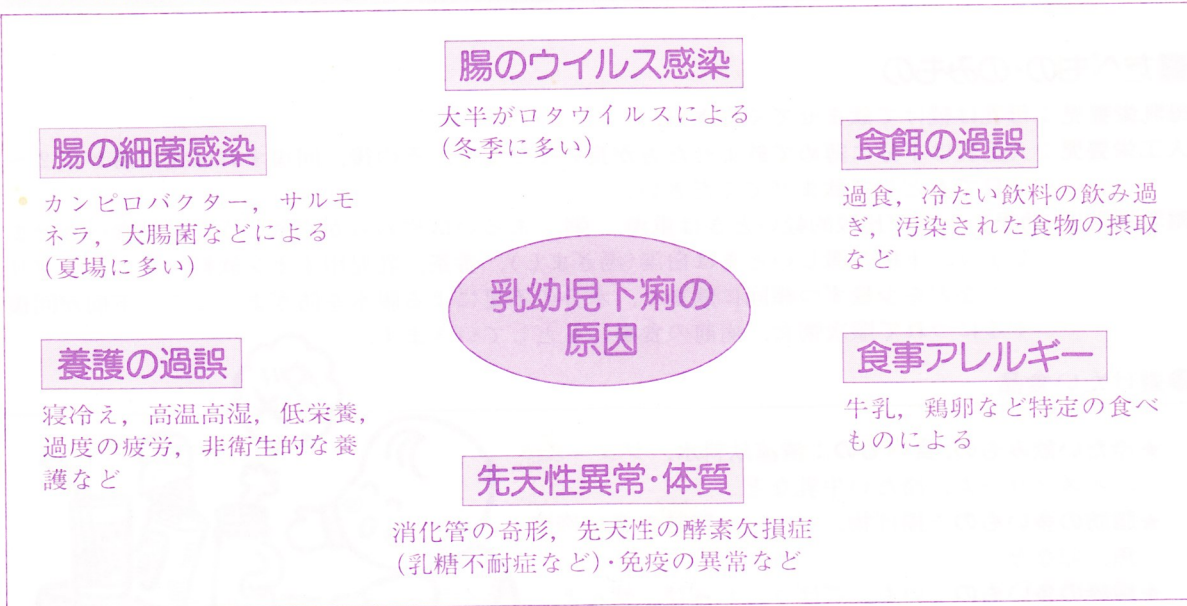
■ 排便のあとは、よく手を洗いましょう。
特に乳幼児の場合、お尻はただれや感染をおこしやすいので、お湯で洗うなど清潔に保ちましょう。

■ 下痢便の性状(色、形、におい)や子供の様子(いつもとかわったところはないか)を観察し、受診時に医師に報告しましょう。

乳幼児の下痢について

乳幼児下痢の原因

乳児期や幼児期、特に乳児期では消化管の局所防御機構(腸の抵抗力)が十分発達していないため、いろいろな原因(図)によって下痢がおこります。



頻度の高いロタウイルス感染による下痢〈冬季下痢症〉

乳幼児の下痢症のほとんどはウイルス性で特にロタウイルス感染によるものが大半を占めます。わが国では12月～3月頃の寒い時期に流行するので、別名「冬季下痢症*」と呼ばれています。

*その他、ロタウイルス胃腸炎、乳児仮性コレラ、白色便性下痢症、乳児嘔吐下痢症、感冒性下痢症など多くの診断名で呼ばれています。

● 冬季下痢症の主な症状

- ① 下痢：白色～灰黄色の水様便(1日数回～十数回)
 - ② 嘔吐：病初期の1～2日目までに発症することが多く、しばしば下痢に先行
 - ③ 発熱、上気道症状(せき、鼻汁)を伴うことも少なくない
- 脱水症状(下痢、嘔吐が激しい場合にはくちびるが乾き、尿が少なくなる)に注意

下痢をそのままにしてはいけないわけ

激しい下痢をしたり、いく日も下痢が続くと体の中からたくさん水分が失われ栄養分の吸収も障害されるため、脱水や栄養障害などがおきます。とくに、乳幼児では、大人に比べて下痢や嘔吐による脱水をおこしやすいため、重症化する恐れがあります。そのため、早期に脱水症に対する処置と下痢の治療を行うことが重要となります。

