

III 症状ごとの対応

3. 下痢



子どもは消化器官が未発達で、消化不良を起こしやすいものです。下痢をしたら、いつもの便と違うのはどのような点がよく観察してみましょう。

- におい…腐ったような臭い、すっぱい臭い
- 性状…赤っぽい・白っぽい、どろ状・水様状
- 1日の回数

またその他の症状も観察しましょう。

- 嘔吐・腹痛・熱はあるか
- 機嫌は？
- 食欲は？

＋ すぐ受診した方がよいとき

3ページに記した症状があり、さらに以下の症状がある。

- 嘔吐も繰り返している。
- 便に血が混じっている。
- 便が全体的に白っぽく水のように。



なるべく便を持って行くこと！
(おむつについたままでよい)



家庭での対処方法

飲み物

脱水状態になりやすいので、水分については発熱の場合と同じ考え方ですが、1回量を少なくし、回数を多くしてください。イオン水などの純補水液を上手に使いましょう。

オレンジジュースなどは刺激が強いため避けてください。また離乳がすすんでいるお子さんなら、病気が治るまで牛乳類を飲むのを中止しましょう。乳児の場合、母乳、ミルクは続けてかまいません。



離乳食を始めた乳児・幼児の場合

便のゆるさによって

- 水のような便なら
湯冷まし、スープ、みそ汁、リンゴのすりおろし など
- だろだろ～やわらかい便なら
とうふ、おかゆ、すうどん、
徐々に、野菜の煮物、白身魚などを加えていく。

食べ物

柑橘類（みかんなど）、乳製品、砂糖、その他消化されずに便にそのまま排泄されるもの（にんじん、海藻など）は避けてください。

