



# 保健のページ



乳児・幼児では嘔吐がみられることが多くあります。多くは、ウイルスによるものですが、単純に飲みすぎ食べすぎでも嘔吐することがあります。

それ以外にも、食物アレルギーによるものや、腸重積症でも嘔吐することがあります。

今月は、それぞれの対応をお伝えします。

## 【ウイルス性胃腸炎】

一般におなかの風邪と言われる病気です。ロタウイルス・ノロウイルス・アデノウイルスなどが原因となることが多く、感染力が高いため、園内でも流行しやすい病気です。

嘔吐・下痢・発熱などの症状がみられるため、脱水に注意が必要です。経口補水液や薄めたリンゴジュースなどを、少量ずつ摂取していきます。ミルクや母乳の場合は、そのまま大丈夫です。

家庭でも、タオルを共用しないようにし、嘔吐物・便を処理するときには、使い捨ての手袋を使うようにしましょう。アルコールよりも、次亜塩素酸ナトリウムが効果的です。ミルトンやハイターでも消毒できますので、いざというときに備えて用意しておくといいでしょう。

布団やじゅうたんなど、洗うことが出来ないものが汚染した場合には、アイロンで熱消毒をすることもできます。

## 【飲みすぎ・食べすぎ】

一回きりの嘔吐であったり、全身の状態をみて具合が悪そうであれば様子をみましょう。

乳児はまだ胃の形が大人と違い、まっすぐになっているので、少しの刺激で吐いてしまうこともあります。

## 【食物アレルギー】

多くは食べてから 30 分～2 時間以内にアレルギー反応を起こします。嘔吐以外にも、じんましんや、咳、下痢、ぜいぜいとした呼吸などの症状があります。現在では、安易な除去や、摂取を遅らせることでアレルギーのリスクが高まることがわかっています。初めて食べる食材があるときには、かかりつけの病院がやっている時間帯に摂取してみることをおすすめします。

## 【腸重積症】

腸のなかに腸の一部がめり込み、閉塞する病気です。突然泣いたり、急に落ち着いたりを繰り返すという特徴があります。激しい腹痛のため、嘔吐をしたり、いちごジャムのような血便も特徴的です。

腸重積は、治療が遅れると腸が壊死してしまい、命にかかわる場合もあります。

少しでも疑う症状があれば、休日夜間問わず通院しましょう。

## ●年末年始の受診先を確認しておきましょう●

年末年始でかかりつけの病院がお休みになることが多い時期です。

もしもの時に、どこに通院したらよいか、あらかじめ確認しておきましょう。

また、どのように対処したらいいのか、受診すべきなのか迷うときには、子ども医療電話相談事業【#8000】を活用しましょう。医師や看護師からアドバイスがもらえます。

2024 年も元気に過ごしていきましょう！

看護師より

