

## 感冒性嘔吐下痢症



- 突然「吐く」ことから始まります。
- おなかの風邪のことです。胃腸風邪、感染性胃腸炎などによばれることもあります。
- 原因はウイルスです。いろんなウイルスで起こるので何度も繰り返しかかります。症状の重さはウイルスの種類で様々です。ノロウイルスは軽症で済みますが、ロタウイルスで起こる白色便性下痢症は症状が重くて長引くので、別の頁で説明します。
- 病気の始まりには、お腹が張って、食べたもの、飲んだもの、なんでもゲボゲボと吐きます。
- 嘔吐は1日半くらいで治まります。
- はき気が治まる頃から下痢が始まります。軽い場合は下痢をせずに治ってしまうこともあります。
- 熱も出ることがありますが、  
おおよそ1~2日間です。
- 高熱が続く
- 黒い便や血便がでた
- 頭が痛い
- 腹痛がいつまでも続く
- 嘔吐が2日以上続くような時は、

流行している「胃腸風邪」とは違う病気かもしれません。もう一度受診して下さい。

## 感冒性嘔吐下痢症の時に気を付けること

- 吐いている時には、吐いたものを、のどや鼻につめないように注意しましょう。
- 嘔吐が治まっている間には水分と塩分を根気よくあげましょう。  
経口補水液(OS1、アクアライト、アクアサーナ)、ソリタ顆粒(クリニックで処方)や、野菜スープ、みそ汁などを、少しずつ(コップに半分くらいずつ)、こまめに(30分ごと)、与えてください。
- 便の出が悪くて、お腹を痛がる時には、浣腸をすると楽になることがあります。
- 吐き気止め坐薬の効果は30分頃から始まって、約5~6時間続きます。
- 水分さえ十分にとれていれば、食欲がない間は無理に食べさせる必要はありません。食欲が戻ってきたら消化のよい食べ物を少しずつ食べさせてください。
- ぐったりして、水分をまったく飲めなくなったら点滴が必要になることがあります。
- 吐いたものや、便の中にはウイルスが含まれています。移らないためにはよく手を洗うことが大切です。
- 吐いた物を拭く場合には、次亜塩素酸ナトリウム(ミルトンや、キッチンハイターに含まれています)を薄めた液をしみこませたペーパータオルで拭きましょう。拭いたペーパータオルは、おむつなどと一緒にして、ビニール袋に入れて捨てましょう。
- 幼稚園や小学校で大流行することがあります。医療機関でもらってくることもあります。流行の季節には外出から帰ったらよく手を洗いましょう。