

下痢・腹痛時の注意事項

横浜市小児科医会救急委員会作成

- 下痢便の回数と性状をよく観察して、メモしておきましょう。おむつをとっておき、翌日医師に見せると良いでしょう。
- 下痢がひどいと脱水症(下記参照)になりますので、頻回に水分を与えてください。嘔吐・下痢用のイオン飲料(ORS)、野菜スープ、コンソメスープ、薄めの味噌汁、嘔気がなければミルク、母乳でも構いません。
- 下痢や腹痛がそれほどひどくないときは、消化の良いおかゆ、うどんなどを少しずつ与えてください。下痢がひどいときは食事はやめて、水分補給のみにしましょう。
- 乳幼児で便に血が混じり、嘔吐があり、時々激しく泣いたり腹痛がある場合には、腸重積という病気が考えられますので、至急小児科を受診してください。

脱水症

嘔吐や下痢があり、水分が半日以上取れない場合に怖いのは脱水症です。

以下に示す脱水症の兆候に注意しましょう。

- ぐったりしている。うとうとしてすぐに寝てしまう。
- 舌が乾燥している。
- おなかの皮膚がしわしわになり、おなかがへこみ張りがなくなる。
- 尿が半日以上出ていない。

以上が1つでも見られる時は、すぐに小児科を受診しましょう。

家庭でも行える浣腸

腹痛があり便が1日以上出ていない場合は、市販の浣腸を試してみても良いでしょう。

浣腸により便がたくさん出て、血便もなく、腹痛が治まれば様子を見て良いでしょう。

実際、小児救急の腹痛の多くは便秘によるものです。子供は1日でも便が出ないと、ひどい腹痛を起こすことがあるのです。