

ほけんだより

令和4年7月

青梅みどり第一保育園

子どもによくみられる病気の中に胃腸炎（嘔吐や下痢）があります。嘔吐や下痢の原因の大半がウイルスの感染によるものです。今回は下痢についてのお話です。

*胃腸炎の原因として、ノロウイルス、ロタウイルス、アデノウイルスが代表的です

下痢をしたら

子どもは、腸の発達が未熟なため、下痢を起こしやすいものです。便の状態のほかに心配な症状が見られたら、念のため病院を受診しましょう。

1 うんちの「色」「硬さ」「回数」「におい」を確認

下痢をしているときは、便の「色」「硬さ」「回数」「におい」をチェックし、記録をします。おむつを替えたら水分補給を。

2 病院へ行く症状がないかチェック

→ こんなときは病院へ

- 「赤」「白」「黒」色の便が出た
- 吐いている
- 下痢を繰り返している
- 発熱している
- 激しくおなかを痛がる

小さい子が受診するときは、便の付いたおむつを持っていくと、診断の手助けになることがあります



こんなときは救急車を!

- けいれんを起こしている
- 水分をまったくとらず、ぐったりしている



下痢のときの応急手当て

1 おしりはシャワーで清潔に

おむつは、よく水気をとってから



おしりの皮膚が弱っているため、おしりふきは使わず、ぬるま湯で洗い流す。

2 せっけんで手を洗う



感染を予防するために、おむつを替えた大人は、必ずせっけんで手を洗う。

3 こまめに水分補給

○ さゆ・麦茶・子ども用イオン飲料

✗ 柑橘類のジュース・牛乳 など



下痢便は水っぽく、いつもより多くの水分が失われるので、少量ずつこまめに水分補給を。

