

# おやこ通信

## 第7号



寒い季節がやってきました。みなさん寒さに負けていませんか？さて、この季節を代表する病気の一つにウイルス性の胃腸炎があります。食事を摂れるうちにはいいのですが、小さな子どもさんは嘔吐や下痢を繰り返すことで脱水症状をおこしやすいので要注意です。今までは、「脱水の治療＝点滴」と考えられていましたが、最近では中軽程度の脱水には「経口補水液」という考え方が広まりつつあります。

### <経口補水液ってなに？>

脱水と聞くと、水分を失った状態を想像されると思います。確かに水分も失われるのですが、嘔吐や下痢によって体内の電解質（この場合は主にナトリウム）が失われます。そのため、水分だけを与えても症状は改善せず、むしろ悪化することもあります。そのため、脱水予防にアルカリイオン飲料がすすめられていましたが、「経口補水液」はさらに塩分が多く入っているのが特徴です。一部の薬局で取り扱っていますので、問い合わせてみてください。

### <どうやって飲ませるの？>

塩分が多いため、はじめは飲みにくいかもしれませんが、ゆっくり少量ずつ、根気強く飲ませていきましょう。哺乳瓶やコップなど、子どもの好む道具を使います。5分毎に15mlずつのませています。嘔吐がある時は1回5mlずつ5分毎に、もしそれでも吐いてしまう場合は15分～30分後に5mlを再び飲ませましょう。

### <点滴よりも良いの？>

点滴は即効性がありますが、どうしても痛みや恐怖を伴います。一方、経口摂取なら痛みはなく、家庭でも与えることができます。ただし、重症の脱水や経口摂取ができない場合は点滴が必要です。下痢や嘔吐が始まったらすぐに飲ませ始め、症状が改善しない場合は医師に相談しましょう。

### 子どもの急な下痢で、こんなときは医師に相談しましょう

- ・ 目の落ちくぼみ、泣いても涙が出ない、皮膚や口・舌の乾燥、尿量の減少がみられる
- ・ 呼吸が速くて眠りがち、機嫌がわるい
- ・ 経口補水の効果がみられない、または飲ませられない

