

津久見市の小児医療・小児保健の向上を目指して

こどもの病気対策法⑥⑥

— 嘔吐下痢症編 —

大分大学地域医療・小児科分野 是松聖悟

冬になると、嘔吐下痢症が増えます。吐いたり、下痢をしたりするので、そのような俗名がついていますが、正式にはウイルス性胃腸炎で、乳幼児ではロタウイルス、年長者ではノロウイルスなどが原因となります。これらのウイルスは、汚染された食物から、また、感染した人の便や吐物、手を介して、便器やトイレのドアノブなどから感染します。さらに、ウイルスは空気中に漂って、広がっているのです。

症状のピークは2〜3日です。その間、飲めるもので水分を補給し、消化の良い物を食べて、脱水にならないように注意する必要があります。ただ、スポーツドリンクは、嘔吐下痢症には望ましくありません。薬局などで経口補水液を購入するか、自宅で、水1Lに塩を小さじ3分の1杯、砂糖を小さじ4杯と小さじ1杯入れて、『飲む点滴』を作ることをお勧めします。詳しくは津久見市発行の「こどもの病気とその対策法」フロッチャート」の6ページをご覧ください。

ぐったりしたり、尿が少なくなったりするようでしたら、夜間でも受診をお勧めします。ただし、下痢止めの薬や、吐

き気止めの薬は、時に症状を悪化させることもありますので、医師の判断に委ねてください。

感染したら、幼稚園や学校、仕事は休んで下さい。乳幼児や高齢者では、時に脱水から命の危険にさらされることもあります。症状が回復してから登園、登校、出勤して下さい。ただし、感染した人の便からは3週間以上もウイルスが排出されています。ですから、手洗いが必要です。また、ノロウイルスはアルコール消毒が無効ですので、流行期には、食器は熱湯（1分以上）、次亜塩素酸ナトリウムなどで洗浄し、食品は85℃で1分以上加熱すると良いでしょう。

また、ドアノブや電気のスイッチなど、多くの人が触れるところは1日1回、消毒することが望ましいです。

さて、乳幼児に限ってですが、ロタウイルスにはワクチンがあります。飲むワクチンです。生後6週から可能です。生後15週までに初回接種をしないと、腸重積という副反応が生じやすくなるとか、任意予防接種ですので公費助成がない問題があります。小児科の医師にご相談ください。

嘔吐下痢症

原因ウイルス：ロタウイルス（主に乳幼児）、ノロウイルス（主に年長者）。

流行記：冬から春。

症状：嘔吐、下痢。

感染経路：汚染された食物から、また、感染した人の便や吐物、手を介して、便器やトイレのドアノブなどから感染。

治療法：水分を補給し、消化の良いものを食べて、脱水にならないように注意。スポーツドリンクは望ましくない。

薬局などで経口補水液を購入するか、自宅で、水1リットルに塩を小さじ1／3杯、砂糖を小さじ4杯と小さじ1杯入れて、『飲む点滴』を作る。使い方は津久見市発行の「こどもの病気とその対策法から～フロッチャート～」参照。

下痢止めの薬や、吐き気止めの薬は、時に症状を悪化させることもある。

予防法：症状の重い期間は隔離。

症状回復後も手洗いを励行（便中に3週間以上、ウイルスはでる）。

ノロウイルスはアルコール消毒が無効。次亜塩素酸ナトリウムで洗浄。

ドアノブや電気のスイッチなど、多くの人が触れるところは1日1回消毒。

乳児にはワクチンもある。

注：津久見中央病院にて、「こどもの病気に関するミニ講演会」を月1回（原則第3木曜日17時～17時半）に開催しています。参加自由です。また、津久見市では、「子どもの病気とその対策法フロッチャート」を発行しています。ご必要の方は、津久見市役所 健康推進課 TEL82-9523