

吐いたら

嘔吐は子どもによくある症状です。乳児では、げっぷをするときに少量のミルクをよく吐きます。年長児ではかぜや胃腸炎で嘔吐することが多いですが、重い感染症や腸閉塞などの消化器の異常、糖尿病などの代謝の病気でも嘔吐が起こります。



急いで受診の目安

- ☐ 生後3か月未満の乳児が熱を出して吐いた
- ☐ 繰り返し吐いて、元気がなく、ぐったりしている
- ☐ 嘔吐物に胆汁（黄緑色の嘔吐物）や血液（赤黒い嘔吐物）がたくさん混じっている
- ☐ 頭を強く打った後、24時間以内に吐いた

- 吐いたらむせないようすぐふき取り、口をすすぎましょう。
- 嘔吐物のおいが残らないよう着替えさせ、空気を入れ換えましょう。
- 嘔吐物はいつ食べたものか確認しましょう。
- 吐き気があれば、うつぶせか横向きにしましょう。

◆◆◆ 解説 ◆◆◆

- 高熱があって吐き続けている場合には、髄膜炎や脳炎が考えられるので受診が必要です。
- 嘔吐が続くと脱水症になることがあります。うとうとしている場合は重症と考えられます。
- 血液や胆汁を吐いている時は、腸からの出血や腸閉塞などの重い疾患である可能性があります。
- 事故などで頭を強く打った場合は、落ちていているように見えても入浴やシャワーは控え、1、2日は様子を観察してください。頭を強く痛がったり、嘔吐したり、発熱した場合は、頭蓋内出血の恐れがありますので受診が必要です。
- 嘔吐に続いて下痢をしたり、お腹を痛がったりする場合は、ウイルスや細菌による胃腸炎がほとんどです。機嫌が良くて元気のある時は、吐かない程度に経口補水液で少しずつ水分を取らせ、家庭で経過を観察しましょう。
- 水分補給の方法

嘔吐した

5～10分待つて5ml程度の少量から経口補水液を5分おきと与える
目安はティースプーン1杯またはペットボトルのキャップ3/4程度

それでも吐く
重症でなければ経口補水液を5ml程度、5分おきと与え続ける
重症ならすぐ受診

嘔吐が治まった
与える量を50～100mlに徐々に増やす

上記解説やp16参照

お腹を痛がったら

子どもがお腹を痛がることはよくあります。ちょっと気持ちが悪いだけという軽い痛みから、ころけ回するような強い痛みまで、痛みの強さやその原因はさまざまに診断が難しいことがあります。



急いで受診の目安

- ☐ 不機嫌で30分以上泣き止まなかったり、泣いてはおさまりまた泣くことを繰り返す
- ☐ 便に血液が混じっている
- ☐ おなかが硬く張っている
- ☐ おむつをはずすと、股の付け根や陰囊が膨らんでいて小さくならない（そけいヘルニア）
- ☐ 顔色が悪く、痛みで歩くのが困難
- ☐ 嘔吐を繰り返し、嘔吐したものに血液、胆汁（黄緑色）が混じっている
- ☐ お腹を強く打った後に、お腹を痛がる

◆◆◆ 解説 ◆◆◆

- 3歳未満では、自分でお腹が痛いと言えられないので注意が必要です。
- そけいヘルニアは乳児に多くみられ、腸の一部がそけい部（股の付け根）に出てくる疾患で、手術が必要になる場合もあります。
- お腹を強く打った後に腹痛を訴える場合は、比較的元気で肝臓、脾臓などの腹部の臓器が傷んでいることがあるので注意が必要です。
- 便秘だけでも強く腹痛を訴えることがあります。1～2日排便がなく腹痛以外に症状がほとんどない場合は、浣腸で良くなる場合があります。また、毎日排便があっても徐々に便がたまって痛くなる便秘もありますし、うさぎの便のようにかたいこころした便が出ている場合は、慢性の便秘場合があります。
- 学童期には、盲腸（虫垂炎）が増えます。

- 排便で治ることがあります。トイレへ行かせてみましょう。
- 排便が1～2日なければ浣腸をしてみましょう。

下痢をしたら

下痢は便が軟らかくなる症状ですが、程度が軽ければ心配のない場合が多いものです。母乳を飲んでいる乳児は、軟らかい便が1日に5、6回出ることは普通です。血液が混じっていたり、下痢便の量や回数が普段に比べ極端に多かったり、熱や嘔吐を伴う場合は要注意です。



急いで受診の目安

- ☐ 粘血便（いちごジャムのような赤い便で血が混じっている）が出る
- ☐ 水分がとれない 尿がでない
- ☐ 繰り返し下痢をし、元気がない

◆◆◆ 解説 ◆◆◆

- 便に血が混じって、腹痛が強い時は重症の可能性あります。
- 尿の出方が少なくなり、元気がなくてぐったりしている場合は、脱水症状が考えられます。下痢の回数、量、嘔吐の有無、尿量、水分がとれているかどうかなどの情報が診療に役立ちます。
- 元気があり、水分もとれる時は重症である可能性は少なくなります。少しずつ経口補水液などの水分をとらせて、翌日かかりつけ医を受診してください。

- 嘔吐、下痢の時は、冷たいもの・炭酸飲料・柑橘系ジュースは禁止ですが、食事をまったく食べないとかえって体調が悪くなります。子どもが飲んだり食べたりできるのなら、母乳、おかゆ、うどん等消化の良いものを少しずつ与えてください。