

# ウイルス性胃腸炎



- ☆ 吐く
- ☆ 下痢
- ☆ 熱

寒い季節にはウイルス性胃腸炎が流行します。突然吐き始めて、そのあと下痢、熱、などの症状が続きます。

うつる病気です。

ノロウイルスやロタウイルスが原因のことが多いのですが、それ以外のウイルスでも起こります。どのウイルスが原因でも症状は似ているので、まとめて「ウイルス性胃腸炎」という病名を付けます。

治療はノロでもロタでも同じです。

夜中などに急に吐いたときは、

## 「吐いたら飲むな」

と覚えていてください。

胃が何も受け付けられない状態なので、飲ませたら吐きます。飲ませるたびに吐いて、ぐったりしてしまいます。

子どもは欲しがりますし、「脱水にならないようにのませよう」と考えるかもしれませんが、逆効果です。

子供が欲しがっても、**ダメよ～ダメダメ**

病院では吐き気止めの坐薬を使います。

時間がたって吐き気がおさまってきたら、少しずつ水分を飲ませていきます。

この時、お茶やお水は塩分が含まれていないので、あまりお勧めできません。

できれば OS-1 を飲みましょう。

ちびりちびりと少しずつ飲ませましょう。いきにとくさん飲むと、また吐いてしまいます。

所さんもお勧めの OS-1 です。

## 吐いたとき

## 吐いたら飲むな

ダメよ～ダメダメ

乗るなら飲むな



## 吐き気がおさまってきたら

飲みものを

ひとくちから



ちびりちびり



## 下痢だけになったら

やわらかくて  
温かいもの



吐き気がおさまってきたら、  
赤ちゃんなら母乳やミルクの量を少しずつ増やしていきましょう。  
幼児ならスープ、みそ汁、温めた牛乳などもかまいません。

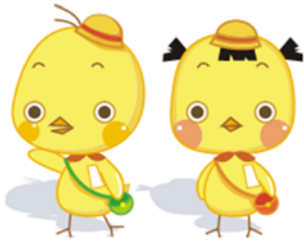
### 冷たい飲み物はいけませんよ。

下痢だけになったら、やわらかくて温かい食べ物をあげていきます。少しずつ、回数は多くてもかまいません。

この時、一度にたくさん、消化の良くないものを食べると、また吐いてしまいます。  
胃腸の回復には時間がかかるのですから、たくさん食べさせて胃腸に負担をかけると、なかなか治りません。

## いつから保育園に？

- 嘔吐・下痢がおさまり
- ふだんの食事ができる



下痢がある程度おさまり、ふだんの食事ができるようになって元気になったら、保育園や学校へ行きましょう。