

嘔吐・下痢のある時



水分補給が一番大切です

薬も処方しますが、家庭での水分補給・食事療法が一番大切です。吐き続ける時や脱水がひどい時には点滴や入院が必要になることもあります。

〈嘔吐が強い時〉

1. お家に帰ったら、まず吐きけ止めの座薬を使ってください。
(※当院で座薬を入れることもあります)
2. 30分もたつと、吐きけもだんだんとおさまってくるでしょう。
そうしたら、少量ずつ、吐きけの様子を見ながら、水分の補給をしてあげましょう。
3. 吐きけがおさまらず、吐き続ける時には、5〜6時間あけて、もう一度、座薬を使ってください。

〈下痢のひどい時〉

- ・下痢で失った水分を補給するために水分は少量ずつ、たびたびとりましょう。
(水分を多く飲むから水っぽい便になるわけではありません。)
- ・食欲があっても、食べるのは、控え目にし、水分中心の食事にして、腸を休ませましょう。
(食べる時は、消化のよい物を少量ずつとりましょう)

熱が高い時(39℃以上で、ぐったりしている時)には、解熱用の座薬を同時に使ってもかまいません。

おむつかぶれを防ぎましょう
おむつは、こまめに交換し、おむつを交換するたびにぬるま湯でやさしく洗いましょう。座浴・脾湯もいいです。
洗い流した後は、やわらかいタオルやガーゼで水分をしっかりとってから、おむつを当てましょう。



水分補給に適する飲みもの

適するもの ◎	・スポーツドリンクやイオン飲料 (電解質が含まれているため) ・番茶 ・ほうじ茶 ・湯ざまし ・りんごの果汁 (母乳は欲しがるだけ与えてよい)
避けたいもの X	・牛乳 ・乳酸飲料 ・炭酸飲料 ・みかんなど酸味の強い果汁 ・甘すぎる飲みもの

気になること、御心配なことがございましたら、ご遠慮なくおたずねください

おくだこどもクリニック

31-2222

