



## すこやか子育て健康情報 ～小児の嘔吐・下痢～

子どもの病気やけがの対処方法などの目安をお知らせし、いざというとき、落ち着いて対処していただくことを目的に、奇数月に「すこやか子育て健康情報」を掲載しています。記事は、菊池郡市医師会の先生にご協力いただいています。

問い合わせ先 健康推進課健康推進係  
☎ 0968 (25) 7219

**嘔吐と下痢**は、新生児から小児までよく見られる症状です。嘔吐も下痢も本来体内に入った有害物を排除する反応ですが、ある程度は仕方ないものですが、長く続くと脱水症を引き起こし、重篤な状態となる事があります。上手な水分補給で脱水にならないように看護することが大切です。

### 下痢

下痢はいろんな原因で起こりますが、大事なことは、水分、糖分、電解質の補給と、胃腸を休めることです。栄養不足を気にして牛乳や肉類などを与えると、胃腸の負担になり、かえって症状を悪化させることになり。下痢が止まらなから少しづつあげるようにしてください。水分補給には糖分、電解質を含むイオン飲料が手軽に手に入りますが、やや塩分が足りないことが難点です。一時しのぎと考えてください。



### 嘔吐

年齢により特徴的な疾患があります。新生児期で最も多い原因は、哺乳時の空気嚥下による物です。哺乳後はしっかりとゲップを出させることが大切です。激しい嘔吐水状の嘔吐の場合は、幽門狭窄症、食道逆流症なども考えられます。

乳幼児期では、いわゆる嘔吐下痢症(ウイルス性)が最も多い原因ですが、腸重積という重篤な病気の場合がありますので注意が必要です。乳幼児期以降では、嘔吐下痢症も見られますが、細菌性の食中毒が増えてきます。夏冬問わず生ものには注意をしてください。

### 脱水

嘔吐時には、吐物でのどを詰まらせないように顔を横に向けてみることも必要です。

吐くと脱水が心配になります。2・3回吐いただけでは強い脱水にはなりません。しかし、下痢が続く場合には注意が必要です。熱が高かったり、嘔気が強く水分補給ができなかったり



中野クリニック 中野猛彦院長

吐き気が続くときには無理に飲ませず、吐き気が止まってから1時間くらい待って少しずつ飲ませ、間をあけて量を増やしていくようにします。その後少しずつ消化の良い物を与えていきます。

まずは家庭でのケアが大切ですが、▼顔色が悪く、ぐったりしている▼意識がもうろうとしている▼便に血液が混ざっている▼吐物に緑の物が混じる▼嘔吐が半日以上続き水分が取れない▼熱が高い などの症状が見られたときにはすぐに受診してください。

◆簡単な水分補給飲料の作り方  
お湯1リットルに、砂糖20グラム、塩2グラム、レモンの搾り汁少々を混ぜて冷ます。

### ポリオ予防接種

ポリオの集団予防接種を次のとおり実施します。

#### 対象地区・実施日

- ・七城・旭志地区 5月15日(火)
- ・泗水地区 5月24日(木)
- ・菊池地区 6月5日(火)

ところ 菊池市文化会館  
受付時間 午後1時30分～午後2時

#### 対象者

生後3カ月～90カ月未満(7歳6カ月未満)の乳幼児  
※対象地区外の時でも接種できます。

受け方 生後3カ月～90カ月未満の間に、6週間以上の間隔を空けて、2回服用してください。



ください。持つてくるもの  
・母子健康手帳(忘れると接種ができません)  
・予診票(お持ちでない人は、接種前日までに母子健康手帳を持参のうえ、健康推進課または各総合支所民生課で受け取ってください)

### 保護者の皆さんへ ポリオの予防にはポリオワクチンの接種が必要です

不活化ポリオワクチンの導入は、本年秋の導入を目指しています

・不活化ポリオワクチンは、昨年度末から順次、国内導入のための申請(薬事承認申請)が行われ、現在、薬事審査や供給の準備などが進められています。  
・不活化ポリオワクチンを可能な限り迅速に導入できるように取り組んでおり、本年秋の導入を目指しています。

不活化ポリオワクチンの導入まで、ポリオワクチンの接種を待つことは、お勧めできません

・ポリオの流行のない社会を保つためには、ワクチンの接種が必要です。

・不活化ポリオワクチンを導入するまで、ポリオワクチンを接種せずに様子を見る人が増えると、免疫を持たない人が増え、国内でポリオの流行が起こってしまう危険性があります。

### ポリオワクチンを接種する方法です

・日本では、2000年にポリオの根絶を報告しましたが、世界には、今でも流行している地域があり、渡航者などを介して感染はどの国にも広がる可能性があります。  
・パキスタン、アフガニスタンなどの南西アジア、ナイジェリアなどのアフリカ諸国では、今でも流行がみられます。

・いったんポリオが根絶された中国やタジキスタンなどでも、最近流行が起こったことが報告されています。  
・このため、ポリオの根絶に向けて、世界中でワクチンの接種が行われています。  
・きちんとワクチンを接種し、ほとんどの人が免疫をもてば、海外でポリオが流行しても、国内での流行防ぐことができます。

### 献血にご協力をお願いします

ところ 市役所正面玄関前  
とき 5月24日(木)  
午前9時30分～午前11時  
正午～午後4時

#### 内容

400ml献血  
その他 現在、400ml献血の需要がとて高くなってきていることから、400mlの献血をお願いしています。また、服薬に関する基準が若干変更

### 歯ツピキッズ

3月23日・28日の歯科検診の結果で、むし歯がなかった子どもを紹介いたします。(敬称略)



- 田中水彩 (菊) 北宮
- 渡邊有里愛 (菊) 亘
- 白井琉那 (菊) 亘
- 北村碧優 (菊) 亘
- 村上玲音 (菊) 上町
- 梅津紅葉 (菊) 北原
- 米光 駿 (菊) 立石
- 廣田理子 (菊) 東原
- 牧田陽香里 (菊) 深川
- 久野琴音 (菊) 上西寺
- 宮上颯恋 (菊) 高野瀬
- 岩本 瑛 (菊) 高野瀬
- 森 悠真 (酒) 桜山二

吉里光湧 (酒) 桜山二  
中村考志 (酒) 福本一  
宮本晴那 (酒) 富の原中央  
日置琉希叶 (酒) 富の原西  
山野心音 (酒) 富の原一

むし歯予防のためには、家族ぐるみで取り組むことがとても重要です。特に、子どもが磨いた後の「仕上げ磨き」が大切です。これからの「甘いものを控えること」、「歯みがきをすること」、「歯を強くすること」、「定期健診を受けること」を心掛け、むし歯ゼロで頑張りましょう。  
今回むし歯があったお子さんは、なるべく早く歯科医院を受診しましょう。