



# ほけんだより 12月号



2022年12月1日  
昭和ナースリー  
看護師

本格シーズン到来!!

## 感染性胃腸炎に注意

気温がグッと下がって空気が乾燥する秋から冬——。この時期に子どもが吐いたり下痢をしたら、それは単に「お腹の調子が悪い」だけではなく、ウイルスのしわざかもしれません。冬に主に流行するウイルス性の胃腸炎は『ノロウイルス』、『ロタウイルス』です。



### ノロウイルス

感染力がとても強い!

症状は3日ほどで改善!

症状 激しい嘔吐

下痢は比較的軽めの場合が多い  
発熱 38℃未満、または発熱なし



### ロタウイルス

乳幼児の感染率が高い胃腸炎!  
ノロよりも症状が長く続く...

症状 激しい下痢、嘔吐・発熱

(便の色が白っぽく、酸っぱい匂いが特徴)

→激しい下痢による脱水症に注意!

## 嘔吐をしたときは...

子どもは少しの刺激でも吐くことがあります。

① 吐いた時は嘔吐物が気道に詰まって窒息しないように、子どもの頭と身体を横に向けて寝かせる。

吐き気をもよおしている時は、  
抱っこしてそっと背中をさする。



② 口の周囲をきれいにし、嘔吐物の内容を確認する。

(受診する時にしっかり伝えられるようにしましょう。)

③ 体温を測り、顔色や呼吸の状態などをチェックする。

④ うがいができる子はうがいをさせる。うがいできない場合は、濡らしたガーゼで口の中を拭き取る。

※口の中に嘔吐物が残っていると、において吐き気が誘発される。

⑤ 衣服が汚れていたら着替える。

⑥ 水分補給は吐き気が治まるまでは控え、子どもが水分を欲しが  
るようなら、経口補水液を少量ずつ飲ませる。

## 下痢をしたときは...

色、固さ、血液が混じっていないかなど、便の状態を確認し、受診する時に説明できるようにする。便の写真を撮り、医師に診てもらおうのもよいでしょう。

『おなかをこわした時の食事』について、  
お食事だより11月号に記載されています  
のでご参照ください。

子どもは胃腸が未熟なので、よく下痢になります。ノロウイルスやロタウイルスを伴う下痢は、周囲への感染を防ぐため迅速な処理を。アルコールは効果が無いので次亜塩素酸で処理してください。

## 有毒植物を食用の植物と誤って食べて食中毒

例年、特に春先に山菜と間違えて採取した有毒植物による食中毒が多く発生しますが、野草のみならずグロリオサ、イヌサフラン等の観賞用の植物の誤食による食中毒も散見され、死者が発生しています。

お散歩の際など、子どもが口に入れないように気を付けてください。厚生労働省のHPに、種類や写真等詳しく載っているのでご参照ください。

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/shokuhin/yuudoku/index.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/shokuhin/yuudoku/index.html)

## 年末年始の急病に備えて...

年末年始はほとんどの病院が休診になります。お子様の急な発熱やけがに備えて、事前にかかりつけの病院のほか、近くの救急病院の診療時間を確認しておきましょう。

【世田谷区医師会】のホームページに、年末年始でも診療可能な病院一覧が載っています。

## 昭和ナースリー11月の感染症報告

● 流行性結膜炎 1名 (ひよこ)

● ヘルパンギーナ 1名 (うさぎ)