



【感染症だより】

～感染性胃腸炎について～

毎年この季節になると、胃腸炎が流行します。腹痛、嘔吐、下痢、発熱がみられ、よく「おなかの風邪」という言い方をされます。原因は、ノロ、ロタ、アデノウイルスが多いですが、そのほかにもサポウイルス、アストロウイルスなど様々な原因ウイルスがあります。11月から年始まで流行しやすいノロウイルスは、食べ物の牡蠣や二枚貝を食べて発病することもあれば、ノロウイルス感染者の吐物や下痢便からうつる場合もあります。経過は、軽症であれば数日、乳幼児では1-2週間だらだらと下痢が持続します。特に、乳児では胃腸炎をきっかけに一時的な「乳糖不耐症」を起こすことがあり、これになると1ヶ月以上下痢が持続することもあります。これは、「先天性乳糖不耐症」とは違って、一生乳製品を摂取出来ない病気ではありません。胃腸炎によって腸の粘膜が壊れてしまい、修復されるまでの一時的なものです。その間は、いつも使用しているミルクではない無乳糖ミルク（市販されている）などを使うと、腸の負担を軽減することが出来ます。また、嘔吐や下痢が頻回になると、顔色が青白くなり、目がうつろになり、ぐったり、ボーっとしてすることがあります。これは体の水分が不足する「脱水症」という状態です。特に体重の少ない乳幼児は、急にこの様な状態になることがあります。こんな時は、医療機関を受診し、点滴による補液をしてもらいましょう。脱水症にならないためには、吐き気止めなどを上手に使い、こまめに水分（OS-1やORSなどのイオン飲料、水分・糖分・塩分を含む飲み物）を与えましょう。水分を上手に摂れるようになったら、少しずつお粥・うどん・パン粥などの炭水化物を与えましょう。たんぱく質や野菜、脂肪などは消化が悪いので、便が普通便になってからにしましょう。子ども・大人にかかわらず、胃腸炎の時は、香辛料や炭酸、カフェインなどの刺激物は避けましょう。

表：10月しみず小児科・内科クリニックで診断された流行性の感染症

	感染症	患者数
1	溶連菌	46
2	胃腸炎	44
3	手足口病	19
4	突発性発疹	10
5	RSウイルス	7
6	ヘルパンギーナ	4
7	おたふくかぜ	2
8	水痘	2
8	アデノウイルス	2

★病児保育室あんずからのお知らせ★
 年末年始は、12月29日（金）～1月3日（水）までお休みとさせていただきます。
 1月4日（木）より通常通りご利用になれます。

文責： 清水マリ子

