

下痢をしたとき

? まず、どうすればいいの？

- 衣服をゆるめて、しばらく休ませましょう。寒そうにしていれば、暖かくしてあげましょう。
- 便の観察をしてください。(ミニ知識参照)



しばらく様子を見ても大丈夫なとき

観察ポイント

- いつもより便が軟らかいが、食欲がいつもと変わらず、水分も飲めている
- ↓ □ 熱がなく、機嫌もよく元気

手当の仕方 ……→ 通常の診療時間内に受診しましょう

- 食欲があれば、おかゆ、おじや、うどん、パンなどの炭水化物を少しずつ(8分目ぐらいまで)与えましょう。食べたなら3時間以上はおなかを休めましょう。固形物はなるべく控えて、その間は水分を中心に、乳幼児用のイオン飲料、うすいお茶などを少量ずつ与えましょう。油の強いもの、繊維質の多いものは避けましょう。
- ミルクは、おなかを休めながら普段より薄目に調乳し、少なめに与えましょう。
- 母乳は、あまり量を制限せず、そのまま与えても構いません。
- おしりがかぶれないよう、こまめに洗ってあげましょう。

! すぐに受診した方がよいとき

(気になる便は受診時に持っていき、みてもらいましょう)

- 便の中に、血液や粘液が混ざるとき
- 黒っぽい便、赤っぽい便が出るとき
- 腹痛が強くはげしく泣き、水っぽい便が頻回にあるとき
- 食欲がなく、水分が十分とれないとき
- 高熱があったり、吐いたとき
- おしっこの量が極端に少ないとき



母乳のとき、ミルクのとき、離乳食のとき、大人と同じものを食べるようになったときなど、子どもの便は口にするものによって様々です。便の色が、白っぽい、黒っぽい、赤っぽい色でなければ、少し様子を見てみましょう。