

Health Bulletin

ほ け ん だ よ り



梅雨のようなじめじめとした季節がやってきました。暑い日があったり、寒い日があったりと季節の変わり目はお子様のからだの負担も大きくなってきます。できるだけ薄着をして、調節できる衣服や日差しを防ぐ帽子を活用して元気に過ごせるようにしましょう！まだまだコロナウィルスの変異株など感染の危険性と隣合わせでの保育となります。ご家族皆様が健康で安全な毎日を過ごせるよう感染対策を今一度徹底していきましょう。

No 27

2021年6月1日

Mothering

先月の終わりから、便がゆるい、嘔吐したなど胃腸炎の症状のあるお子様が散見されはじめました。そこで今回は胃腸炎に関しての情報を発信いたします。



ウイルス性胃腸炎とおなかの風邪は違う病気？

同じ病気です。ウイルスが胃腸に入り込んで、胃腸の働きを悪くするために、急に吐き出したり、下痢をしたりします。ウイルス性胃腸炎は「おなかのかぜ」「はきくだし」「嘔吐下痢症」など、様々な呼び方で呼ばれています。ロタウイルス・アデノウイルス・ノロウイルスなどが有名です。

赤ちゃんが嘔吐したとき、母乳あげる？粉ミルクは薄める？

母乳は飲ませても大丈夫です。但し、嘔吐した直後はお腹を休める必要があるため1～2時間は授乳を控えましょう。母乳自体は胃腸には良いのですが、母乳は一回に飲む量が調節しづらいのが難点です。1回の授乳時間を短めにする、搾乳して少しずつ与えるなどの工夫が必要です。粉ミルクの濃さはいつも通りでよいですが、この時も1回のミルク量は少なめにしておきましょう。

どうして嘔吐するの？

一回に飲んだり食べたりする量が、現在のお腹の大きさ（消化吸収能力）を超えてしまうからです。元気な時の胃腸の消化吸収能力を「どんぶり一杯」とすると、ウイルス性胃腸炎になった時はウイルスの作用で胃腸の働きが悪くなるため、消化吸収能力が「おちょこ一杯」位にまで小さくなっています。小さくなったお腹の受け皿に対して、多くの食べ物や飲み物が入ると、器からこぼれるように、嘔吐したり、下痢をしたりします。

参考：阪神北広域こども急病センター

水分摂取。少量頻回にするのはどうして？

例えば50ccの水分をとった直後に再び嘔吐した場合、嘔吐する量は、胃液も失われるので飲んだ量以上になります。水分を補給するつもりが、反対に水分を失ってしまうことになるのです。短時間に「飲んでは、嘔吐」を繰り返してしまうと、脱水状態が更に強くなります。お子さんにちょっとだけ「がまん」をしてもらうのは、「飲んでは、嘔吐」を繰り返さないようにするためです。したがって、夜中に数回嘔吐した場合も眠れるようなら無理やり水分をとらず、そのまま朝まで寝かせてあげた方がよい場合もあります。



お家の方へのお願い

保育園はお仕事をされている養育者のお子様を大切にお預かりさせていただいている場所です。お子様の体調が悪い時は、無理をせずお医者様の指示を仰いでください。このぐらい大丈夫だろうと気軽に登園された結果、感染が蔓延する可能性があります。コロナ渦の今だから皆様もご承知かと思いますが、保育園は小さな乳児も含む密な環境です。お子様を大切にするのはもちろん、他のお子様やご家庭に迷惑がかからないよう、モラルを守り、ご協力いただけますようお願いいたします。今回は胃腸炎の情報提供をいたしました。胃腸炎も感染蔓延の代表となる病気です。どうぞ、ご家族に感染者がいる場合も含めコロナ感染と同じ考え方でのご協力を重ねてお願いいたします。



mothering
病児保育
mothering
お母さん
の
秘密

マザーリング保育園のインスタでも様々な病気・ケガなどちょっとしたポイントをご紹介します。ぜひご覧ください！！