



# キッズレター

2003.11.17 発刊 第85号

編集 さぬき市民病院小児科外来

## はじめに

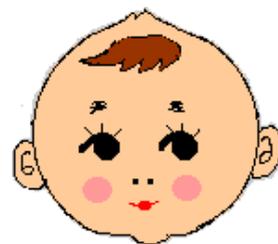
## ~ 仮性コレラに注意 ~

感染性胃腸炎の中で、ロタやアデノウイルス性胃腸炎には注意が必要です。頻回の水溶性下痢が突然に起こります。最初に嘔吐から始まる場合も多いです。白っぽい下痢便が特徴で、かつて**仮性コレラ**と呼ばれました。真っ白な下痢になることがあります。

一歳未満の乳幼児に発症することが多く、**乳児嘔吐下痢症**の代表疾病です。乳児は、もともと身体の水分構成が高いです。ロタ・アデノウイルス性

胃腸炎に罹患すると、大量に急激に体の外へ水分が出てゆくこととなりますから、あっという間に脱水症を併発します。高熱が数日続くことがあり、これらの症状が相まって入院される場合が出てきます。

インフルエンザの時期と一致して冬場に多く流行します。白っぽい下痢が始まったら、早めに小児科を受診してください。



小児科外来ホームページ  
<http://webs.to/shounika>

## 目次

はじめに	1P
「仮性コレラに注意」	
今月のレター(1)	1
「絶食期間が大切」	
ニュース&ハイライト	1
11月~12月ごろに流行する疾病	2P
予約外来・予定一覧	2
今月のレター(2)	2
「咳が出るときの食事のケア」	

## (1) 絶食期間が大切

11月を過ぎて空気が肌寒い季節になってくると、**ウイルス性感染性胃腸炎**が大流行し始めます。突然の嘔吐で発症し頻回に吐き続けますから、小さなお子たちにとっては大変つらい病気の一つです。『嘔吐』は胃腸管にウイルスが感染したための急性症状で、身体の外へ感染したウイルスを排出しようとする生理的な反応です。

ただ、強い吐気や頻回の嘔吐・腹痛や高熱などが長引く場合には、しばらく食事を摂取することができなくなります。お母さまは、脱水症が徐々に心配になってきます。さら



## 坂口善市

に、口渇のためお子たちは水分を欲しがります。ついつい与えてしまう結果として、再々の嘔吐を誘発してしまいます。脱水症を起こして、輸液療法が必要になる場合もあります。

吐気は1 - 2日間、続きます。胃粘膜の腫れがある内は、飲む先から嘔吐します。そこで、吐気が治まるまで**絶食期間**を数時間から半日ほど置くことが大変重要になってきます。この期間の後、吐気が治まってから、イオン水のような吸収のよい水分を少量ずつ摂り始めるようにします。

## ニュース&ハイライト

- 昨年のSARSの混乱を避けるために、厚生労働省はインフルエンザワクチンの接種を例年以上に奨励しています。
- インフルエンザワクチン接種は、一歳以上の乳幼児が主な対象になります。小学生までが二回接種で、中学生以上は一回となります。
- インフルエンザワクチンは不活化ワクチンですから、二週間から一ヶ月の間隔を空けて二回目の接種となります。当科では、一ヶ月間隔でお願いしています。

# キッズレター

さぬき市民病院小児科外来  
月刊情報誌

～子供たちの健康を願って～

〒769-2329

香川県さぬき市石田東甲387-1

さぬき市民病院 小児科外来

内線 310

Tell : 0879 (43) 2521

Fax : 0879 (43) 6469

Email : okawa.gh@viola.ne.jp

HP//

www.city.sanuki.kagawa.jp/  
hospital/

ホームページもご覧ください。  
<http://webs.to/shounika>

時候に合ったテーマで毎月  
お母さま方に情報を提供さ  
せていただいています。

## 11月から12月に流行が予想される疾病

\* 冬型のウイルス性呼吸器感染症が増加してきます。空気が冷たくて乾燥してくるため、ウイルスの感染した気道に強い炎症を起こしてきます。痰が出にくくなるため、気管支炎や肺炎などの下気道炎が大変多くなります。

\* 嘔吐・下痢が突然に出現する感染性胃腸炎が急増します。年齢・症状にあわせた適切な期間の絶食療法や長めの食餌療法が必要になります。

\* インフルエンザワクチンを年内に済ませておくことが理想です。ただ、香川県での流行は、例年、年明けの一月頃からです。年内のワクチン接種が遅れても、一月までに二回接種すれば十分間に合います。あわてる必要はありません。

## 小児科予約外来のお知らせ

・乳児健診の予定(母子手帳) 担当医: 木村医師  
木曜日午後から診察です。1週間前までに予約して下さい。

11月 ( 6日・20日 ) 12月 ( 4日・18日 )

・定期予防接種の予定 担当医: 鈴谷医師・坂口医師  
印鑑・母子手帳が必要です。水曜日午後に行っています。前週金曜日が締め切りです。

11月 ( 12日・19日・26日 )

12月 ( 3日・10日・17日・24日 )

・心臓外来の診察 担当医: 秋田医師  
第二火曜日午後二時より実施しています。要予約です。

次回予定 12月9日 平成16年1月13日

## (2) 咳が出るときの食事のケア

## 看護師 吉田由樹

かぜで喉に炎症があったり、喉が渴いたりすると咳が出やすくなります。頻繁に水分補給して喉を湿らせるため、スプーンで少しずつ回数を多く与えるようにしましょう。喉を潤すとともに、たんを出しやすくするためにも水分は必要です。また、咳の出るときは吐きやすいものです。おなかいっぱい食べると、咳をして吐いてしまうことがよくあります。一度にたくさん与えないよう注意しましょう。

咳のひどいときは食事はやめて水分補給だけにして、咳がおさまったら消化吸収のよい食事で栄養補給して体力の回復をはかります。

### 食事のポイントを以下に示します。

喉を潤して水分補給・・・湯冷まし・麦茶・果汁などをスプーンで。

刺激の少ないもの・・・過敏になった喉を刺激しないように、薄味にします。温度は人肌、水分が多く、喉ごしのよいものを与えましょう。

こんな食事は×・・・すっぱいもの・粉っぽいもの・パサパサするものなどは厳禁です。ポーロ・赤ちゃんせんべい・きな粉やミカンなど酸味のある柑橘類・メロンやキーウィなどは、喉を刺激し咳が出やすくなるので避けましょう。



小学校を中心に、マイコプラズマ肺炎が大流行中です。