

母乳やミルクの与え方は？

母乳はそのまま続けても構いません。授乳時間を短時間で切り上げて、回数を多くしてください。ミルクも少量ずつ、回数を多くしてください。

食事に気を付けること？

栄養のことはあまり気にせず、食欲がない時に無理に食べさせる必要はありません。食欲があっても、むしろ控えめにしてお腹を休ませてあげましょう。水分や塩分、糖分の補給が大切です。学童や幼児なら経口補水液やうどんだし、スープ、乳児ならミルクを少量ずつ間隔をあけて飲ませてあげましょう。

下痢がひどい時の食事は、便の硬さを目安に食形態を調節しましょう。治ってきたら、できるだけ加熱調理したお粥やうどんから始め、量は控えめにして与えるようにしましょう。

下痢止めのお薬は？

下痢止めの薬はウイルスや細菌を排出しようとしているお腹の動きを止めてしまうため、症状が悪化してしまう恐れがあります。

医師の指示に従って下痢止めを使用しましょう。

／ 知っておきたい /

おうちでできること

スキンケアを忘れずに

何度もおしりを拭いたり擦ったりしてしまうと、肌を傷つけてしまいます。おしりふきや、やわらかいティッシュにベビーオイルをしみこませ、汚れを浮き上がらせて取りましょう。

排泄物が長時間付着していると、消化酵素の刺激でおしりがかぶれてしまいます。オムツはこまめに取り換え、おうちにあるワセリンなどを塗って、皮膚を保護してあげましょう。

かぶれがある場合は医師の指示に従ってお薬を塗ってあげましょう。



感染予防のポイント

汚物の処理後だけでなく、調理前や食事前など、こまめにしっかり手を洗うことが大切です。できる限り症状のある人の入浴は最後にし、タオルなども共有しないようにしましょう。

その他症状についてのホームケアリーフレットは、右記QRコードよりダウンロードいただけます。



監修：大阪急性期・総合医療センター 小児科

お問い合わせ

大阪はびきの医療センター

TEL: 072-957-2121 (代表)
〒583-8588 大阪府羽曳野市はびきの 3-7-1

こどもの病気

下痢

げり



大阪はびきの医療センター

小児科

げり 下痢

うんちの
状態は？

または、
水っぽい便

- 意識がもうろうとしている
- すぐにウトウトする
- けいれんしている

いいえ

はい

119へ連絡



伝えること

- 住所
- お子さんの状態
- 年齢・性別
- 電話番号

救急車を
待っている間

- 保険証・乳児医療証
- 母子手帳
- 財布・鍵・携帯電話
- 火元の確認
- お子さんの靴
- 哺乳瓶・おむつ

- 水分をほとんど飲まない
- おしっこが半日以上でない
- 色が青白く、唇や口の中が乾いている
- 元気が無く、ぐったりしている
- 血の混じった便が出る

いいえ

はい

今すぐ!! かかりつけ医または 救急外来へ



救急車を迷うときは

救急安心センターおおさか

#7119

または 06-6582-7119

病院を探す

大阪府救急医療情報センター

06-6693-1199

どちらも 24 時間 365 日対応しています。

- おしっこの量が普段より少ない
- 白っぽい便や海苔のような黒い便が出る

はい

当日または、夜間なら翌日に かかりつけ医を受診

夜間受診を迷ったときは

子ども医療電話相談



#8000

または 06-6765-3650

20時～翌朝8時まで対応

自宅で様子観察し、 下痢が続くならかかりつけ医へ

- 家族や周囲の人が同じような症状を訴えている
- 食欲がいつもと変わらず、水分がとれている
- 熱が無く、機嫌が良い

