

# 吐いた!

咳き込みをともなわない嘔吐



吐き気は続かずケロリとしている **はい**

いいえ

2カ月未満ですか?

**はい**

いいえ

次の症状が1つ以上みられますか?

- 母乳・ミルクの度に勢いよく嘔吐を繰り返す。
- お腹が張っている。
- お腹がひどく痛そうだ。
- 血液や胆汁(たんじゅう)(緑色の液体)を吐いた。
- 元気がなく吐く。
- 活気がない、無気力。
- いつもと違う様子である。
- 12時間以上、何度も下痢をしている。
- おしっこが出ない。
- 唇や口の中が乾いている。
- ちょっとした刺激に過敏反応したりする。
- ウトウトして反応がにぶい。

**はい**



小児科医のいる医療機関を受診してください。

次の症状が1つ以上みられますか?

- お腹が張っている。
- 我慢できないほどのお腹の痛みを訴える。
- 血液や緑色の液体を吐いた。
- 元気がなく吐く。
- 活気がない、無気力。
- いつもと違う様子である。
- 12時間以上、何度も下痢をしている。
- おしっこが出ない。
- 唇や口の中が乾いている。
- 頭痛を訴えており、ボーッとしていたり、ちょっとした刺激に過敏反応したりする。
- 頭を強く打ったあとの嘔吐。
- 皮膚が冷たく、色も悪い。

**はい**    **いいえ**

いいえ

様子をみながら  
診療時間になるのを待って  
医療機関へ

※ただし、症状が大きく変わったら…



## ホームケアのポイント

- 吐いた直後、吐き気の強い時は何も口にせず30分～2時間ほどお腹を休めましょう。そのお子さんに以前処方された吐き気止めの坐薬があれば使用してください。
- 脱水症状になりやすいので、吐き気が少し軽くなったら、水分（経口補水液が理想的）を少しずつ、回数を多めに与えるなどして、水分を十分に与えてください。
- 吐いたものをのどにつまらせないように、寝ているときは体や、顔を横に向けてください。
- 赤ちゃんにミルクを飲ませたときは、縦に抱き、ゲップをさせてから寝かせてください。
- 介護者は流水と石鹸で十分に手を洗いましょう。汚れた衣類等はハイターにつけこんでから洗濯しましょう。



けいこうほすいりょうほう

### 経口補水療法について

こどもが痛い思いをしなくてよい脱水の治療法として、飲む点滴（経口補水療法）が注目されています。塩分と糖分が適切な濃度と割合で混ぜた飲み物（経口補水液）は小腸からの吸収が早いので、吐きにくく、速やかな治療効果が得られます。脱水症のときに塩分を含まない飲み物を飲ませ続けると、水分としてなかなか吸収されないばかりでなく、血液が薄くなり過ぎて痙攣を起こすこともあるので注意しましょう。

### 経口補水液の作り方

砂糖40g(大さじ4と1/2杯)と食塩3g(小さじ1/2杯)を1000mlの湯冷ましによく溶かすだけで簡単に作れます。

経口補水液として市販されているものもありますので、お子さんの急な嘔吐、下痢に備えて常備しておくのもよいでしょう。

### 経口補水液の飲ませ方

一度にたくさん飲むと吐いてしまいます。コツは、少量を回数多く飲ませることです。飲ませ始めは体重(kg)あたり1ml程度の1回量を5分おきに飲ませてください。それでも吐いた時はさらに少ない量（ティースプーンなどで1杯ずつ）でさらにこまめに飲ませてください。