



### 感染性胃腸炎に注意！

2.26現在、感染性胃腸炎が増加しています。突然の嘔吐から始まり夜中じゅうトイレから離れられない・・・そんなケースもよく聞いています。手洗いを徹底して予防しましょう。

### 予防するには？

- トイレの後、食事の前、外出後の手洗いをしっかりする。
- 下痢や嘔吐の症状があるときはトイレの使用後に毎回消毒をする。  
(症状がなくなっても数週間は便にウイルスが含まれるので注意。)
- 下痢や嘔吐で汚れた物品は煮沸するか塩素系漂白剤で消毒する。
- トイレや洗面器などで吐くものを受け止めるのは子どもには難しいので、どこで吐いてもいいように使い捨て防水シートをソファやベッドのパッドの下などに仕込んでおくと、マットレスに染みずに済む。

防水シートは介護用の使い捨ての物が使いやすいくてGood！



手洗いを徹底しているけど、園や学校等で流行っていると、もらってきちゃうよね・・・



そうなんです。園でも消毒を行っていますが、嘔吐や漏れるほどの下痢があると、そのウイルスを100%排除することは難しいです。症状がある間は自宅でゆっくりと過ごすことが大事。体も回復しやすいですし、感染拡大を防ぐことにもつながります。

### こんなときには時間外でも救急外来へ！

- 水が飲めず半日以上尿が出ていない
- 何度も繰り返し吐く
- 血または胆汁(黄色または緑色)、コーヒーの残りかすのようなものを吐く
- 便に血が混じっている
- 激しくお腹を痛がる



### こんなときは119番！救急車を！

- ぐったりしている
- 顔色、皮膚色が悪い
- 無表情でうとうとしている
- けいれんしている



### CAUTION

・自治体によっては、小児科の救急外来は午前0時までとなっています。異変に気付いたら早めの受診を。

・市販の下痢止めを医師の許可なく飲ませるのはやめましょう。ウイルスを排出できずに重症化する可能性があります。

判断に迷ったら#8000へ電話を。休日や夜間のこどもの症状にどう対処したらいいのか小児科医・看護師に相談できます。

