

感染性胃腸炎

感染性胃腸炎は単一の病気を意味するものではなく、多種多様な病原体による胃腸炎を総称した呼び方です。学校伝染病や感染症情報などで使われています。

代表的な病気としては

ロタウイルス性胃腸炎（冬季乳児下痢症）

これはロタウイルスによるもので、「乳児嘔吐下痢症」「白色便性下痢症」などとも呼ばれています。2～5月頃に流行します。2才以下の赤ちゃんに多く、嘔吐とともに白っぽい米のとぎ汁のような便が1日に十数回も出るため、脱水症状を起こしやすくなります。点滴を必要とすることもありますから、早めに診察を受けるようにしましょう。

ノロウイルス（小型球形ウイルス）性胃腸炎

これはノロウイルスと呼ばれる小型の球形ウイルスによって起こる胃腸炎で、「流行性嘔吐下痢症」とも呼ばれています。11月～3月の冬場に幼稚園や学校で流行することがよくあります。主な症状は嘔吐、腹痛、下痢、発熱で、2～3日で軽快することがほとんどですが、赤ちゃんでは下痢が長く続くこともあります。

その他のウイルス性胃腸炎

以外にもアデノウイルスやサポウイルス、アストロウイルスなどのウイルスによる胃腸炎もあります。頻度は少なく症状も軽いことが多いのですが、1年中みられ、まれに集団において流行することがあります。

細菌性胃腸炎

小児ではカンピロバクター菌、サルモネラ菌、病原性大腸菌が3大原因菌です。成人と違って腸炎ビブリオ菌は少ないのが特徴です。症状は症例によってかなり異なりますが、ウイルス性の胃腸炎に比べて血便の出ることが多く見られます。

下痢の時の注意

下痢になると水分や電解質（ナトリウム、カリウムなど）が失われ、脱水症状を起こしやすくなります。ですから、まず水分を補給することです。経口補水液OS-1やアクアライトORSなどが良いでしょう。甘い飲み物や炭酸飲料、柑橘類の果汁は下痢を悪化させますから、控えるようにしましょう。食事は脂っこいものや蛋白質食品を少なめにし、おかゆなどの炭水化物中心にします。また、繊維の多い野菜類、海藻類、果物は控えましょう。赤ちゃんの場合、離乳食の量を控えたりドロドロに戻したり、中断した方がよい場合もあります。母乳やミルクは普段通り飲ませてあげてください。大豆乳などにする必要はありません。3日以上下痢が止まらない、水のような便が何回も出る、便に血が混じる、熱や嘔吐をともなう、食べ物や水分が摂れない、気嫌が悪いなどの時には、早めに診察を受けましょう。

吐いているときの注意

吐いている時は、なかなか水分を取ることができないので、下痢の時よりももっと早く脱水症状が起こりやすくなります。あまり飲みたがらないかもしれませんが、とにかくこまめに水分を与えましょう。一般のスポーツドリンクでも結構ですが、特に経口補水液OS-1やアクアライトORSなどがお勧めです。一度にたくさん飲ませると胃に刺激を与えてかえって吐きやすくなってしまいます。何回にも分けて少しずつ（5～30ml）飲ませましょう。赤ちゃんの場合、飲めれば母乳やミルクでも大丈夫です。ただ、吐き気が強い時には数時間は何も与えない方が良いでしょう。吐き気が完全に止まってから、脂肪分の多いもの・消化の悪いものは避け、おかゆなどの炭水化物中心に食事を始めて下さい。2～3日は栄養のあるものをとらなくても大丈夫です。吐き気がおさまっても、下痢をしている場合には下痢の状態を見ながら徐々に普通の食事に戻すようにしましょう。何回も吐くときには早めに診察を受けましょう。