

嘔吐

吐くといっても、原因はいくつもあります。ひどい咳で勢い余って嘔吐することあれば、乗り物酔いの嘔吐や他人が吐いているのを見て気持ち悪くなるもらい嘔吐もあります。中でも、いわゆるおなかの風邪の感染性胃腸炎は、子どもが吐く原因として多いものです。ウイルスがおなかに入って起こり、嘔吐と一緒に熱がでることもあります。原因がおなかにある嘔吐の場合、吐くのは、胃に入った有害な物をだす働きと考えられます。ですから、吐くのを止めようとするのは、お勧めできません。

対応とケア

何をきっかけに吐いたか(咳で吐いたのか、吐き気があったのかなど)を確認します。

口の中に吐物が残っていれば見えるものを丁寧に取り除きます。

うがいのできる子どもは、うがいをして口をきれいにします。

次の嘔吐がないか様子をみます。(嘔吐を繰り返す場合は脱水症状に注意をしましょう)

寝かせる場合は、嘔吐物が気管に入らないように身体を横向きに寝かせます。

嘔吐して 30～60 分程後に吐き気がなければ、様子を見ながら、水分を少量ずつ摂りましょう。

受診の目安

以下の症状の時は、至急受診しましょう

嘔吐の回数が多く顔色が悪い時

元気がなくぐったりしている時

水分を摂取できない時

尿が少ない、目が落ちくぼんでいる、唇や舌が乾いているなど脱水症状と思われる時

血液やコーヒーかすの様な物を吐いた時

頻回の下痢や血液の混じった便が出た時

発熱、腹痛の症状がある時

頭を打った後に嘔吐したり、意識がぼんやりしている時は横向きにして救急車を要請しその場から動かさないようにしましょう。

受診科 小児科



嘔吐物の処理方法

ほかの人への感染を防ぐために、正しく処理することが大切です。

- ① 窓を開け、部屋の換気をします
- ② 嘔吐物を拭きとります(処理する場合は必ず手袋をはめます)
- ③ 嘔吐の場所を消毒します

嘔吐物が付着していた床とその周囲に 0.1%塩素系消毒液をしみこませた布やペーパータオル等で覆い浸すように拭きます。塩素系消毒液は金属を腐食させる性質があるので 10 分程度たったら水ふきします。

- ④ 処理に使用したものは、ビニール袋に入れ、0.1%塩素系消毒液をしみ込む程度入れて捨てます(マスク・ゴム手袋・ぞうきんなども)
- ⑤ 処理後手洗いをします



汚物がついたリネン類の消毒する場合は、0.02%塩素系消毒液に 30～60 分浸します。(色落ちにご注意ください) 塩素で消毒できないものは、85 度で 90 秒以上熱湯消毒します。(やけどにご注意ください) 消毒後は他のものと分けて洗濯します。

消毒液の作り方

市販の原液濃度が5%の次亜塩素酸ナトリウム製剤を使用した場合

0.1%消毒液の作り方 水 500ml に対して、次亜塩素酸ナトリウム製剤 10ml

0.02%消毒液の作り方 水 500ml に対して、次亜塩素酸ナトリウム製剤 2ml



保育園等に通っている場合の登園の目安

- 24 時間以内に複数回の嘔吐がない
- 食事、水分をとっても嘔吐がない
- 水分摂取ができ食欲がある
- 発熱がない
- 機嫌がよく元気である
- 顔色が良い
- 医師から、感染のおそれがないと診断された時