

嘔吐のとき このような症状があったら 医療機関を受診しよう

けいれん・意識障害 / 強い腹痛



吐いたもの

- ・血液が混じる
- ・黄色や緑色の液が続く

血便

脱水の心配

- ・ぐったりしている
- ・目がくぼんでいる
- ・ぼーっとして反応がにぶい
- ・涙が出ない
- ・12時間以上おしっこが出てない
- ・6時間たっても嘔吐が治らない

上記以外でも下痢、発熱、頭痛などがみられるときは、注意深く観察しましょう。

▶嘔吐時の水分補充

嘔吐がおさまってきたら水分摂取を開始します。
経口補水液か母乳・ミルクがいいでしょう。
はじめは5~10 mLを5分おきに与えましょう。
すぐに嘔吐してしまうなら少し間を空けて、1回分を5 mLくらいにして続けましょう。
3時間以上嘔吐がなくなったら、与える水分量を増やして自由に飲ませましょう。
その後少しずつ固形物を試し、それも吐かなければ経口補水液はやめてもいいでしょう。



経口補水液

- ・市販の経口補水液
- ・家庭で作るとき：湯冷まし1,000 mLに砂糖40 g（大さじ4と1/2）、食塩3 g（小さじ1/2）を混ぜます。レモンなどの柑橘類の果汁を少し加えると飲みやすくなります。

（岡村暁子）