

必ず受診

- 嘔吐症状が強く、半日以上水が飲めない
- ぐったりしている
- 水の様な下痢が **1日6回以上** ある
- や舌が**乾き**、涙が出ない
- 尿の量が少ない
- 血便**が出た



こたつでねがせておくのは脱水症状をまねきます...



感染予防のポイント

Point 手洗い・消毒

下痢の場合

便を扱った手から口の中にウイルスが入り感染します。頻回に手を洗ってください。



嘔吐の場合

吐物が床に落ち、乾いてから空気中に飛び、それを吸い込んで感染することがあります。吐物の処理は次亜塩素酸ナトリウム(ミルトンやハイター)などできちんと拭き取ってきれいにしておきましょう。消毒用アルコールや石けんはノロウイルスには効果がないので注意が必要です。



ミルトンやハイターでしっかり消毒

ウイルスを広げてしまうので霧吹きはNG...



おうちケアのポイント

Point

ゆっくり経口補水療法



嘔吐後すぐに水分を与えると、再度嘔吐してしまうことがよくあります。水分補給はゆっくりと。

1 嘔吐後は1~2時間お腹を休めて最初はスプーン1杯分から水分摂取を



2 それでも吐かなければ、少しずつ量を増やして

おすすめの水分

- OS-1、アクアライトORS 理想的(市販)
- りんごジュース、お味噌汁 嫌がる場合
- 母乳 量制限なしでOK
- ミルク 少なめ・いつもの濃さでOK



水分摂取ができている場合は嘔吐症状が改善し下痢が治まってくれば食事摂取(おかゆ、温かいうどんなど)を開始しましょう。

よくある質問

Q 下痢が続いていても登園は可能ですか?

A 胃腸炎の下痢は1~2週間ほど続くことがあります。ピークを超えていれば登園可能ですが、下痢が続く間の便の処置は、使い捨て手袋をつけ直接手に触れないようにし、また手洗いをこまめに行ってください。



家でひろげないために

- 手洗いをしっかりとする
- タオルを共有しない
- トイレはふたをしめて流す



消毒は次亜塩素酸ナトリウムやアイロンで

次亜塩素酸ナトリウムの作り方

- 1 ハイターなどの塩素系漂白剤を500mlのペットボトルキャップ2杯分(10ml)入れる。
- 2 同じペットボトルに水を入れて薄める。
- 3 誤飲しないよう必ずラベルをつける。
- 4 作ったら最後まで使い切る。



消毒の仕方

布やキッチンペーパーに含ませて、特に水道・ドアノブ・トイレ・洗面台を拭き取ります。
10分くらいで拭き取りをしないと金属部分がいたむので注意！
霧吹きはNGです。
換気も忘れずに。



アイロンも有効です

じゅうたんの上に吐いてしまったときなどはアイロンでもOK！
85度以上で1分間以上を目安に加熱してください。
次亜塩素酸ナトリウムが使えない場合はアイロンで消毒しましょう。



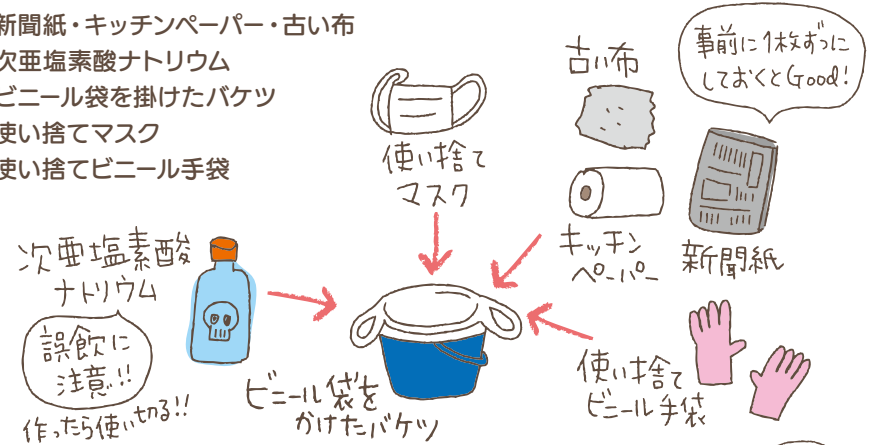
嘔吐・下痢の処理は

用意してあると便利なゲージセット

バケツに全部入れておくといざという時に便利です。誤飲をしないよう、子どもの手の届かない所に保管してください。



- 新聞紙・キッチンペーパー・古い布
- 次亜塩素酸ナトリウム
- ビニール袋を掛けたバケツ
- 使い捨てマスク
- 使い捨てビニール手袋



1 マスクと手袋を装着。



2 キッチンペーパー・古い布・新聞紙を吐物より広めに掛ける。



3 次亜塩素酸ナトリウムを上から掛けて吐物を拭き取る。



4 処理した吐物や下痢のオムツは拭き取ったものごとバケツに入れる。



5 全部袋に入れて、ぎゅっとしばって封印完了。処理後は必ず手を洗う。



洗濯機の洗浄も50~80倍に薄めた塩素系漂白剤でフルコース洗いを1回。

