

下痢をしたとき

いつもの便と違うところはどこですか？

- におい……腐ったような臭い、すっぱい臭い
- 性状……血液が混ざっている、水っぽい、クリーム色、赤い、どろどろ

- ☐ 食欲がいつもと変わらない
- ☐ 水分もよくとれる
- ☐ 機嫌が良く、元気
- ☐ 排尿回数がいつもと変わらない

- ☐ 元気がなく、ぐったりしている
- ☐ おしっこが出ない、
または色の濃いおしっこをする
- ☐ よく眠れずボーッとしている
- ☐ 脱水症状がみられる

自宅で様子を見ましょう！
翌日、かかりつけ医へ

ひとつでもあてはまるときは
かかりつけ医へ

不在の場合は、

- 日曜・祝日（9時～17時）…… **日曜祝日在宅当番医へ**
- 夜間（19時～22時）… **日南市初期夜間急病センターへ**（☎0987-23-9999）
※日曜・祝日は6カ月未満児の対応もできます。
※平日は、6カ月未満児の対応ができないため、県立日南病院（☎0987-23-3111）にご相談ください。



ワンポイントアドバイス



家庭で対処すること

- 胃腸を休めるために、固形物は与えず、脱水症状を避けるために水分補給を十分に行います。
一度にたくさんではなく、少しずつ与えましょう。
- 回復期には、便の状態を見ながら、少しずつ加熱調理した炭水化物（おかゆ、おじや、うどんなど）を与えましょう。
※かんきつ類（みかんなど）や乳製品、油を使ったもの、消化されず便にそのまま排泄されるもの（にんじん、海藻など）は与えないでください。
- 母乳は、あまり量を制限せずそのまま与えてください。
- ミルクしか飲めない乳児の場合は、3時間以上あけて通常の3分の2を与えましょう。
その他、イオン飲料や薄いお茶などを飲めるだけ与えてください。
- 家庭内の感染を予防するために、排泄物の始末をした手をよく洗いましょう。
- おしりがかぶれないように、こまめに洗ってあげましょう。