

急性胃腸炎

症状

- ・細菌性の場合、嘔吐や下痢のほか、重症化すると血液が混入したり、あるいは膿性の下痢便、発熱、腹痛などを伴い、ショック症状(血圧低下、意識障害など)を起こすことがあります。
- ・ウイルス性の場合、水様性の下痢便が特徴です。

診断

- ・集団発生などの場合は、食材や環境などの検査も必要です。
- ・ロタウイルス、腸管アデノウイルス、ノロウイルスはウイルス検出キットで検査できますが、保険が適応されないものもあります。
- ・細菌では便の細菌培養が行われることがありますが、これは数日間を要します。
- ・症状が強い場合は炎症の程度や脱水、電解質のバランスのくずれをみるため血液検査が行なわれる事もあります。

家庭で注意すること

- ・食事については腹痛があるうちは絶食、そして脱水や体内の電解質のバランスのくずれの予防のためにスポーツドリンクの少量ずつ頻回の補給が望まれます。
- ・冷蔵庫などで冷やさず、室温にしておく方が良いでしょう。
- ・飲めずに吐いてしまう時には点滴での水分補給も必要です。
- ・柑橘類(ミカン、グレープフルーツなど)のジュースや炭酸ガス飲料、コーヒーなどは胃に対する刺激が強く、牛乳やミルクなどの乳製品は消化が悪いため両者とも避けた方が良いでしょう。
- ・腹痛が改善し、下痢や吐き気が落ち着いてきたらおもゆや野菜スープ、すりおろしリンゴから始め、消化の良いおかゆやうどん、またヨーグルトや豆腐などが望まれます。
- ・食事の回数は1日5～6回に分ける事により1回あたりの食事量をおさえて下さい。
- ・また食材は細かく切って、よく煮込んでやわらかくし、胃や腸に負担を掛けないようにして下さい。
- ・さらに脂肪の多い食事や菓子類、繊維質に富む野菜、キノコ、こんにゃく、海藻は下痢を起こしやすいので避けて下さい。
- ・また腸管壁に刺激を与える香辛料、ニラやニンニクなどの刺激の強い野菜も避けて下さい。

急患診療センターを受診するめやす

- ・細菌性の場合、ニューキノロンなどの抗生物質が用いられます。
- ・脱水が強い場合やウイルス性の場合、体内の電解質の保持のため、輸液を行う場合があります。
- ・次第に悪化する場合や、血便・膿性の便が続くようなら急患診療センターを受診しましょう。

新潟市急患診療センター (電話025-246-1199)
<http://www.niigata-er.org>