

経口補水療法について

経口補水療法の歴史

- ✓ 経口補水療法は1968年に誕生した治療です。
- ✓ コレラ感染の死亡率を30%から3.6%に改善させ、世界保健機関の統計によると年間100万人の子どもの命を救っています。

経口補水療法の効果

- ✓ 嘔吐を繰り返したり、何度も下痢したりして、脱水が心配なお子さんに対して、経口補水療法は有効です。
- ✓ 経口補水療法は**点滴と同じ効果**があります。

飲ませるもの

- ✓ OS-1やアクアライトが望ましいです。手に入らないときはポカリスエットやアクエリアス、2倍に薄めたりんごジュースでも構いません。水1Lに食塩2gと砂糖35gを加えれば、アクアライトと同じ成分の飲み物になります。
- ✓ 母乳や粉ミルクを飲んでいるお子さんは、そのまま続けましょう。(薄める必要はありません)

飲ませかた

- ✓ 時間をかけてすこしずつ飲ませましょう。
- ✓ 一例として、次のような飲ませ方があります。

- 体重が10kg未満のお子さん

最初は5分おきに5mlずつ飲ませましょう。

吐かなければ、5分おきに10mlずつまで増やしましょう。3時間かけて約300mlの水分を摂りましょう。

途中で寝てしまった場合は、30~60分寝たら起こして飲ませてください。

もし吐いてしまったり下痢したりした場合は、そのたびに30分かけて約60mlの水分を追加してください。

- 体重が10kg以上のお子さん

最初は5分おきに5mlずつ飲ませましょう。

吐かなければ、5分おきに10mlずつ、15mlずつ、20mlずつまで徐々に増やしましょう。3時間かけて約600mlの水分を摂りましょう。

途中で寝てしまった場合は、30~60分寝たら起こして飲ませてください。

もし吐いてしまったり下痢したりした場合は、そのたびに30分かけて約120mlの水分を追加してください。

食事の再開(母乳や粉ミルクを卒業しているお子さん向け)

- ✓ 長時間の絶食は小腸の機能を悪化させるため、水分を十分摂取した後は食事を再開したほうがいいです。
- ✓ 経口補水を開始して6時間後から、炭水化物と塩分と水分が多めの食事を再開しましょう。

再診させた方がいいとき

- ✓ 明らかにぐったりしているとき、おしっこが少ないとき、泣いているのに涙が出ないとき、などは早めに受診するようにお願いします。

なにか気になることがありましたら遠慮なくおたずねください。

おぎそ小児科医院

