

# Emergency



# Watch

No.55 Jul. 2015



神戸こども初期急病センター

2015年6月受診者数：1773人

## 【訴え】

- |       |   |            |
|-------|---|------------|
| 1. 発熱 | ： | 996人（764人） |
| 2. 咳嗽 | ： | 623人（137人） |
| 3. 嘔吐 | ： | 406人（202人） |
| 4. 鼻汁 | ： | 395人（6人）   |
| 5. 腹痛 | ： | 235人（117人） |

（カッコ内は、その症状を主な訴えとして来院した患者数）

## 【疾患頻度】

- |                  |   |      |
|------------------|---|------|
| 1. 急性上気道炎・咽頭炎    | ： | 534人 |
| 2. 感染性胃腸炎        | ： | 349人 |
| 3. 気管支喘息・喘息性気管支炎 | ： | 114人 |
| 4. じんま疹          | ： | 69人  |
| 5. 気管支炎          | ： | 68人  |

神戸こども初期急病センターの6月の総受診者は1733人でした。先月に比べると受診される患者さんは減りましたが、急性上気道炎・咽頭炎や感染性胃腸炎が多く発生しています。感染性胃腸炎の症状が長引いた場合、特に小さなお子様では脱水症への注意が必要です。

そこで今回は、脱水症についてのお話をします。脱水症の原因は様々ですが、大きく分けると2つあります。ひとつは体内にはいつてくる水分量が不足すること、もうひとつは体外に出ていく水分量が過剰となることです。

### 体内にはいつてくる水分量が不足する状況：

感染性胃腸炎のような嘔吐をきたす病気では水分摂取が低下します。その他の感染症でも体調不良により食事・水分摂取が低下します。特に、咽頭炎やヘルパンギーナなど口腔内に痛みをともなう病気では水分摂取が低下しやすいです。

### 体外に出ていく水分量が過剰となる状況：

感染性胃腸炎では下痢により水分が過剰に出ていきます。また、発熱時や夏の高温環境では、汗などにより水分と塩分がともに失われやすいです。

### 脱水症のサイン：

皮膚の乾燥、特に脇の下が乾燥している場合は要注意です。舌の上が白い場合、尿の回数が減っている時、顔色が悪い、遊ばない、寝たままで起きてこないなどの場合も注意しましょう。また、3%をこえる体重減少は脱水症の目安ですので、ふだんの体重を知っておくことが大事です。

### 脱水症の対策と治療：

軽度の脱水（体重減少3-5%が目安）では、点滴は必要ないことがほとんどです。口当たりのよいものを少量ずつ摂取しましょう。また、お茶や水では電解質が不足しますので、スポーツ飲料やイオン水などを摂取するように心がけましょう。中等度の脱水（体重減少5-10%が目安）では、症状によっては点滴が必要なこともあります。さらに、重度の脱水（体重減少10%以上が目安）では、多くの場合で点滴または入院が必要です。脱水症になる前段階～軽度の脱水までの状態で、こまめにスポーツ飲料などの電解質を含む水分摂取を行うことで中等度以上の脱水症を予防することが大事です。ただし、スポーツ飲料には糖分も多く含まれている場合がありますので、ふだんから摂り過ぎると肥満の原因になるので注意しましょう。

これから暑い夏がやってきます。脱水症には注意が必要な季節ですが、どうか体調にお気をつけて、楽しい夏を過ごされることを願っております。

