

ウイルス性腸炎

ロタ・ウイルス、ノロ・ウイルス(ノーウォーク・ウイルス、小型球形ウイルス)、腸管アデノ・ウイルスなどが原因で起こる胃腸炎です。冬に発生することが多く、風邪のように人から人にうつるので腸感冒(Stomach Flu)等とも呼ばれていました。冬、乳幼児に激しい下痢やおう吐があればロタ・ウイルスによる腸炎を考えます(冬季下痢症)。ノロ・ウイルスは、汚染した生の貝類(牡蠣やホタテ貝等)から感染することが多いと言われます。感染者が排便後の手洗いを完全にしないと周囲の人にも簡単にうつります。吐物などからもうつるので看病する人の予防には手洗いが必要です。特別な薬はありませんが、通常3~4日で自然に治ります。発熱や脱水症状が強い場合には、点滴や入院治療が必要となることもあります。乳幼児で2、3日以上も発熱や嘔吐が続く時には髄膜炎など別の病気を疑う必要もありますから必ず受診して下さい。(現在、ノロウイルス検出の検査には健康保険が使えません)

細菌性腸炎

サルモネラ菌(鳥肉など)、ビブリオ(海産物など)、エルシニア(豚肉など)、病原性大腸菌(水など)、黄色ブドウ球菌(調理者の傷口など)、カンピロバクター(肉類)などの細菌が原因で起こる下痢です。夏の食中毒がこの代表で、下痢に発熱を伴うのが普通です。最近では病原性大腸菌O-157という菌による腸炎が問題になっています。血便をともなう下痢で、激しいと尿毒症を引き起こして死に至る危険もあります。血便はカンピロバクター、赤痢などでも起こります。原因となっている菌の種類により有効な抗生物質がちがいます。従って、便の培養検査と薬剤の感受性検査等が必要になります。

外国旅行中や帰国後間もなく始まる下痢は、法定伝染病(赤痢、腸チフス、コレラ...)のこともありますから、必ず受診し、旅行したことを伝える必要があります。

通院での治療

- 1. 食事療法:**

水分の補給により脱水(身体の水分が足りなくなった状態)の補正をするのが治療の第一目標です。栄養のことはしばらく忘れてかまいません。湯冷まし、温かいミルク、温めたスポーツ・ドリンクやリンゴ・ジュース、コンソメスープなどが適当(糖分と塩分が補給できる水分が理想的)です。柑橘類(ミカン、グレープ・フルーツなど)のジュースは、酸味が強く胃を荒しやすいのでやめます。
- 2. 嘔吐に対して:**

吐き気が強く繰り返し吐いているときには口から薬を飲めません。特に、小児の場合は、吐き気止めの座薬を1ヶ肛門へ挿入します。薬が溶けて効き目が出てくるまでに30分位待ちます。その後、湯ざましをひとくちあげて、うまっておさまるようであればすこしづつ流動食を与えます。一度にたくさん飲ませるとまた吐いてしまうこともありますから、必ず少しずつ与えます。水分がうまっておさまるようになったら、消化のよい食べ物を少しずつ摂取します。ヨーグルト、ゼリー、豆腐、粥、よく煮たうどん、バナナ、おろしリンゴ、柔らかく煮た野菜やそのスープ等がよいと思います。
- 3. 点滴:**

長い間、口から水分の補給が出来ず、下痢や嘔吐が激しいと脱水状態が強くなり、体力が弱ったり発熱したりするようになります。糖分の補給が長時間ないと、吐き気が止まらなくなってしまう事もあります(自家中毒)。そんな時には、点滴で水分と糖分を補給する必要があります。時には入院が必要な事もありますから必ず診察を受けましょう。

☆☆☆ 下痢の原因となる細菌やウイルスは、便や吐物の中にも排泄されます。
日頃から、石けんを使い、流水で十分に手を洗う心がけが大切です。☆☆☆

奈須内科

☎ (055) 263-6677 <www.DrNasu.com>