

# ロタウイルス胃腸炎

## Q) どんな病気ですか？

A) ロタウイルス胃腸炎は乳幼児に多く起こるウイルス性の胃腸炎です。日本での発症は冬～春に多く、生後6か月から2歳の乳幼児に多くみられ、5歳までにはほとんどの小児が経験します。突然の嘔吐に続き、米のとぎ汁のような白色の下痢便が特徴です。ノロウイルスよりも発熱を伴うことが多く、重症度が高いとされています。感染力の非常に強いウイルスです。

## Q) 原因は？

A) ロタウイルスによる経口感染で、吐物や便中のウイルスが何らかの形で他の人の口に入っ  
て感染します。ウイルスは環境に強く、汚染された水や食物を介して、あるいは、汚染さ  
れた物の表面（ドアノブ・手すり・タオル・おもちゃ等）を触った手などから口に入り感  
染  
します。潜伏期間は1～2日です。発症し胃腸炎の症状が治まった後も、1週間はウ  
ィ  
ルスが排出されていると言われてい  
ま  
す。



## Q) どのような症状でしょうか？

A) 激しい嘔吐（1～2日）に続き、白っぽい下痢をおこします。熱を伴うこともあり、回復まで1週間程度かかります。ほとんどの場合、特に治療を行わなくても回復しますが、脱水・腎不全・脳炎・脳症など合併することもあります。

## Q) どのような治療法ですか？

A) ロタウイルス自体に効く薬はなく、脱水症を防ぐための水分補給が大切です。下痢止めはウイルスの排出を遅らせるのであまり使用しません。吐き気止めや整腸剤などの薬を使用する対症療法が一般的です。

## Q) 病院への受診は？

A) 水分がとれる、機嫌が良い、どこにも痛みがないといった場合は家で様子を見て大丈夫です。

次のような場合には受診して下さい。

- ・吐物に血液や褐色様のものが混ざる
- ・血便がある
- ・呼吸困難がある
- ・意識がおかしい（視線が合わない・応答がいつもと違う）
- ・長時間水分がとれず吐き続けている
- ・機嫌が極端に悪い
- ・我慢できないほどの痛みがある
- ・脱水症状がある



### 脱水症状の目安は？

- ・顔色が悪くぐったりしている
- ・目がおち窪んでいる
- ・尿が半日出ていない
- ・皮膚や口・舌が乾燥している
- ・皮膚が冷たく白っぽい

## Q) 出席停止期間は？

A) 学校保健法では、出席停止について特に明記された疾患ではありません。  
登園・登校の判断については、嘔吐・下痢が治まるなど、患者さん本人の体調によって判断されます。

## おうちでのケア

体内の水分が失われる**脱水の予防**が大切です。

嘔吐・下痢をしていると塩分も出てしまいますので**水分だけでなく、塩分の補給**も必要になります。

市販のイオン水など、**塩分と糖分が適切な割合で混ざったもの**が、より速やかに吸収され脱水を改善します。

イオン水が苦手なお子さんは**おすまし・味噌汁の上澄み**などが良いでしょう。

柑橘系のジュースや炭酸飲料は胃に刺激が強く、牛乳などの乳製品は消化に時間がかかり胃腸への負担になるので避けた方が良いでしょう。

嘔吐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**などから始め、**消化の良いお粥やうどん、ヨーグルト、豆腐**などが良いでしょう。**食事の回数を1日5～6回に分け1回あたりの食事量をおさえて少しずつ**すすめていって下さい。

### 自宅でできる経口補水液の作り方

**砂糖40g(上白糖大さじ4.5) 塩3g(小さじ0.5)を湯冷まし1リットル**に溶かし、飲みやすい温度にする。

レモンやグレープフルーツなどを絞ると飲みやすくなります。

### 嘔吐がある時の水分の取り方

**吐いている時は飲ませない**のが原則です。嘔気が強い時は胃に物が入るとまた吐いてしまうので、吐いた後は1～2時間程度は口を湿らせる程度で、何も与えず様子を見ましょう。

**嘔気が治まったようなら、スプーン1杯の水分から**与えてみます。10～30分様子を見て大丈夫なら2口、また様子を見て大丈夫なら3口と少しずつ小刻みに水分補給をしてみましょう。



## 下痢の時のおしりのケア

下痢のうんちは刺激が強いので何度も下痢をするとおしりがかぶれやすくなります。

おしりふきでふき取ると、摩擦刺激を加えることになるので、うんちの度にぬるま湯で洗ってあげるといいでしょう。

ただれる前に、おむつかぶれ用の軟膏やワセリンなどを肛門周囲に塗っておくとただれを軽減することができます。



## 薬の処方があった時のQ & A

Q) 座薬を入れて、すぐに出てしまった場合もう一度入れなおしてもいいでしょうか？

A) 座薬を入れて10分以上たって出てしまった時は薬剤が吸収されている可能性があるため、入れなおさずに様子を見てください。

Q) 薬を飲ませてすぐに吐いてしまった場合、もう一度飲ませてもいいでしょうか？

A) 飲んで30分以上たっていれば薬剤はほとんど吸収されている可能性があるため飲みなおさずに様子を見てください。

## 2次感染を防ぐために

最も重要で効果的な予防法は「流水・石鹼による手洗い」です。吐物や下痢便にはウイルスが多量に含まれ、わずかな量のウイルスが体の中に入っただけで感染します。

吐物や便の処理の時、ロタウイルスは塩素系の消毒剤や漂白剤でなければ効果的な消毒はできません。

汚れた衣類など、吐物や便で汚れた衣類は、バケツなどでまず水洗いし、さらに塩素系消毒剤で消毒します。洗濯機でそのまま洗うと、洗濯機が汚染され、他の衣類にもウイルスが付着してしまいます。水洗いした場所も塩素系消毒剤で消毒する必要があります。吐物や便の処理の時も手袋・マスク・エプロンが必要ですが、塩素系消毒剤を使用する時は必ず、手袋・マスク・エプロンを着用し換気に十分気を付けて下さい。



### 簡易な消毒剤の薄め方（一般的な市販の漂白剤：塩素濃度5%の場合）

- 0.02% トイレのドアノブや手すりなど多くの人が触れる場所の消毒

2Lのペットボトル1本の水 + 原液10m l

(原液10m l = ペットボトルのキャップ2杯分)

- 0.1% 吐物・便が付着した衣類や床などの消毒

500m lのペットボトル1本の水 + 原液10m l

(原液10m l = ペットボトルのキャップ2杯分)



衣類は上記の消毒液に30～60分つける。また85度の熱湯で1分でも消毒可能です。絨毯や布団はスチームアイロンで1か所2分で消毒可能です。

## ワクチンでの予防

2011年11月から日本でもワクチン接種が可能になりました。

ロタウイルス胃腸炎は主に生後3～24か月の乳幼児に起こりますが、ピークは生後7～15か月です。生後3か月までは母親からもらった免疫によって感染しても症状が出ないか、症状があっても軽く済みますが、生後3か月以降に初めて感染すると重症化しやすくなります。ワクチンの接種の目的はこれを予防することにあります。そのため、早めに接種を終わらせることが重要です。

当院で採用しているロタウイルス胃腸炎予防ワクチン「**ロタリックス**」は甘いシロップ状の飲ませるワクチンです。

生後6週から24週までの間に2回接種します。

2回目は1回目の接種から27日（4週間）以上あけて接種します。

（初回接種は生後14週6日までに行うことが推奨されています。接種時期が早い方が副反応である腸重積になりにくいと言われています）

予防効果は3年間持続すると海外の臨床試験で確認されています。

当院では1回目の接種を生後6週（42日）～14週6日（104日）、2回目の接種を生後24週（168日）までに終了できる方を対象にワクチン接種を行っています。



参考資料：

- ・ インターネット：板橋区ＨＰ・東京都健康安全研究センターＨＰ・東京都感染情報センターＨＰ
- ・ 冊子：経口補水療法の手引き
- ・ 冊子：「ロタウィルス胃腸炎」をご存知ですか？
- ・ 冊子：ロタリックス内服液を接種した赤ちゃんの保護者の方へ
- ・ 冊子：ロタリックス胃腸炎予防ワクチンの接種をご希望の方へ
- ・ 本：小児の薬 選び方・使い方