



胃腸炎流行っています (T_T)

胃腸炎の原因はほとんどがウィルス性です。消化管に入ってきたウィルスを外に出すため、嘔吐や下痢をしたりします。発熱を伴うこともあります。夜間や休日に胃腸炎になってしまったときはすぐに受診できなくて困りますね。自宅での対応を知っておくと安心です。

POINT

- ・吐き気が強い間は飲んだり食べたりしないこと。
⇒飲料を飲んでも、胃腸が動いていない時間は、飲んでも胃に貯まっていき吐いてしまいます。
 - ・制吐剤を使用したり、時間が経過して吐き気が落ち着いてきたら、水分から少しずつ始めること。
(水1口から始め、30分おきに1口ずつ増量する)
 - ・コップ1杯の水分をとっても嘔吐がなければ食事を少量開始。おかゆやうどん、そうめんなどの炭水化物を主に食べます。タンパク質や食物繊維は消化に負担をかけますので控えましょう。
- 注①：電解質飲料がのめれば好ましいですが、飲めるものなら何でもいいです。大事なことは脱水にならないことです!! (濃い味の物や、柑橘類・乳製品は控えましょう)
- 注②：胃腸炎は家族内で移りやすいです。手洗いの徹底と、排泄物の処理をする人は限定した方がよいです。汚れた衣類は熱湯に漬けて置くか、漂白剤に漬けた後にしましょう。
- 注③：保育園や幼稚園、学校にはいつからいけるのか?が気になりますね。
- ・熱が出た場合は熱が下がっていること
 - ・嘔吐がなく、食欲・元気が戻っていること
 - ・便に形が出てきて、回数も1-2/日程度になること
- 注：特に乳幼児は下痢が遷延し長引くことがありますので、その場合の登園についてはご相談くださいね😊

受付よりお知らせ😊

予防注射を祖父母の方が連れてこられる場合、委任状が必要です(注:問診票・委任状ともに必ずご両親が記入)市のホームページからダウンロード可能ですし、事前におっしゃっていただければ、当院でもお渡し可能です。また、かなやホームページのWEB受付画面を開きますと、「お知らせ」が見ることが出来ます。急な診察時間の変更や休診など、大事なお知らせが書いてありますので、受診の際には、是非WEB受付をご利用の上、「お知らせ」もご参照ください😊

WEB予約の際のコメントに「続きです」の入力、ご協力いただき大変助かっています。ありがとうございます😊

今月の本の紹介

～子育てハッピーアドバイス～

育児に悩みはつきませんよね
「これでいいのか」「こうの方がいいのか」「思い通りに行かない」etc・・・
「こうあるべき」「こうするべき」って感情が強いとつらくなりませんか?
自分を責めたり子どもを追い込んだり・・・
そんなときに
私が出会ったのが
この本です
読んでみて心が
軽くなったのを
覚えています
“お母さんが
笑顔でいられますように”



休日当番のお知らせ

6/17	たけうち小児科	7/8	藤沢小児科
6/24	かみぞのキッズクリニック	7/15	かなや小児科
7/1	新こどもクリニック	7/16	わだこどもクリニック

7/17は当院休診です。ご了承ください。

WEB受付時間の変更をお知らせします。
これまで朝の受付は8:45からでしたが6月18日から8:15より可能となります。
よろしく願い致します。