

# 待つ



様子を見ても大丈夫  
通常の診療時間内に  
受診しましょう

- 吐き気が治まった後、水分がとれる
- 全身の状態が悪くない

# 行く



救急外来を  
受診しましょう

- けいれん(ひきつけ)をともなったり、意識がぼんやりしている  
 至急受診が必要(救急車を呼ぶ)
- 10~30分おきに腹痛をくり返す(激しく泣く)血便がある  
 至急受診が必要
- ひどい腹痛、強い頭痛をともなったり、強く頭を打った後  
 至急受診が必要
- 嘔吐と下痢を同時に何回もくり返す
- 吐いたものに血液や胆汁(緑色)が混じる
- 何回も吐いた後、コーヒークのような色や黄色の胃液になった
- おしっこが半日くらい出ない
- 唇や舌が乾いている
- 強く頭を打った後は P-21 参照
- 顔色が悪いのが回復しない



## 注意すること

**食べ物・飲み物に注意しましょう。** ※日頃からかかりつけ医に指導を受けて起きましょう。

吐き気が強いとき → 飲食するとかえって吐くので、1~2時間は控える。

嘔吐の間隔が長くなったら → 人肌程度にあたためた子ども用イオン飲料(スポーツ飲料以外)、経口補水液を少しずつ間隔をあけて飲ませる。胃腸を休めるために固形物は与えない。

吐き気が治まったら → 消化のよいおかゆやうどんなどの炭水化物を少量ずつ与える(油の多いものや乳製品、ラーメンなどは避ける)。