

## 赤ちゃんの心配な下痢

千葉県医師会小児科医会 あいざわ じろう 会沢 治朗 医師

**こども急病電話相談**

受診するべきかどうか迷ったら

**#8000**

**毎日夜7:00～翌朝6:00**

※相談は無料ですが、通話料はご負担いただきます。

ダイヤル回線・IP電話・光電話・銚子市からは  
☎043 (242) 9939

### Q1 赤ちゃんが下痢をしているかどうかの見分け方は？

赤ちゃんの便はもともとゆるめです。離乳食開始前は水っぽい便が何回も出ます。母乳を飲んでいる赤ちゃんの便は、粉ミルクを飲んでいる赤ちゃんの便よりも軟らかく、回数が多めです。便の回数は個人差が大きく、普段1日に2～3回の赤ちゃんもいれば10回以上の赤ちゃんもいます。離乳食を開始すると一時的に便がゆるくなったり、逆に硬くなったりすることもあります。離乳食開始前の便の色は黄色ですが、緑色の便になることもあります。離乳食開始後は茶色っぽくなります。尚、白っぽい便(灰白色やクリーム色)の場合は、胆道閉鎖症の可能性があるので、すぐに受診すべきです(母子手帳の便色カードのページもご参照ください)。

下痢かどうかの判断は、普段の便と比べて更にゆるい、あるいは回数が増えているならば下痢と考えてよいでしょう。

### Q2 赤ちゃんの下痢の原因は？

主な原因例を挙げます。

- **ウイルスや細菌の感染による胃腸炎**  
下痢の原因として最多は、ウイルス性胃腸炎です。
- **抗菌薬(抗生物質)**  
腸内には善玉菌もあるのですが、抗菌薬によりそれらも死んでしまい下痢となります。

### • 食物アレルギー

毎回同じ食材で下痢をする場合は、これも可能性があります。

### • 乳糖不耐症

ほとんどは生まれつきのものではなく、下痢がしばらく続いた後に乳糖を分解する酵素が減少し、乳糖を消化吸收しづらくなるためにそのまま長引く下痢の原因となります。

### Q3 すぐに病院を受診すべき症状は？

以下のような場合は、すぐに受診してください。

- 泣いても涙が出ない。
- 皮膚の張りが低下したり、口の中が乾燥したりしている。
- 皮膚が冷たく、皮膚色が悪い。
- 嘔吐が続く。
- うとうとしている。
- 血便がある。
- 不機嫌。持続したり反復したりする。
- ぐったりして活気がない。
- 緑色吐物の嘔吐がある。
- 1日に5回以上大量の下痢がある。

