

II 被災地の病院や避難所での救護活動に必要な知識と技術

1 疾患・症状への対応

4) 嘔吐・下痢

きの たけひこ
日本医科大学付属病院看護師長 木野毅彦

災害時の嘔吐・下痢

災害時に嘔吐・下痢が見られる場合、その時期にもともと感染の流行期にあった疾患が、災害後の劣悪な環境や集団生活の中で爆発的に広がっている可能性がある。多くはノロウイルスやロタウイルスなどに感染したことによる急性胃腸炎や感染性胃腸炎であり、日本国内ではほとんど見られることがないものの、コレラや赤痢の発生地では、災害時にこれらが爆発的に増加することがある。

下痢

糞便内の水分が増加し、泥状あるいは液状の糞便を排泄する状態をいう。すなわち便の内容が問題であり、排便回数は関係ないが増加する傾向がある。また、下痢の場合には腹痛や便意急迫を伴うことが多い。

嘔吐

延髄にある嘔吐中枢に刺激が加わることで幽門が閉鎖され、胃に逆蠕動が生じて噴門が開き、横隔膜と腹筋などが強く収縮して胃部を圧迫し、胃内容物が口腔より吐き出される状態である。

嘔吐下痢症

嘔吐下痢症の原因としては、ロタウイルス、ノロウイルス、病原性大腸菌、サルモネラなどが挙げられる。災害時によく見られるのが、ノロウイルスによる急性ウイルス性胃腸炎である。潜伏期間は約 24～48 時間といわれており、発熱、下痢、悪心、嘔吐、腹痛などの症状を呈する。通常は 1～2 日程度で症状は治まる。ノロウイルスの感染経路は主に経口感染であり、被災地では、被災者のみならずボランティアスタッフなども感染する疾患であるため、感染したと思われる患者が発生したときは、それ以上拡大しないよう、迅速かつ確実な対応が求められる。

嘔吐下痢症の治療

現在、ノロウイルスに対する抗ウイルス薬はないため、対症療法が行われる。患者は下痢や嘔吐が続くことにより脱水や電解質異常を来すことがあるので、十分な水分補給を行う。基本的には経口摂取で行うが、脱水症状が強い場合は輸液も行われる。嘔吐の場合は飲み薬の内服が困難なことが多いため、坐薬による治療が行われる。下痢は無理に止めることはせず、通常、止瀉薬ではなく整腸薬の内服が行われる。

表 1 ORS の作り方

作り方

500mLのペットボトルに対し、塩小さじ2分の1杯、砂糖小さじ3杯を入れる。

補 足

小さじ1杯=5mL=ペットボトルのふたに入る分量となるので、ペットボトルすべてを活用して作成する。

下痢や嘔吐により水分補給が必要な場合に、水やスポーツドリンクなどで水分を補給しても脱水の補正には効果的ではない。スポーツドリンクでは、飲みやすくするためや、エネルギー補給のために糖分量を高くしており、糖分量が高いと浸透圧が高くなり、下痢が悪化する可能性があるからである。また、スポーツドリンクは柑橘系のものが多く、胃内を刺激して嘔吐を誘発してしまうため、嘔吐下痢症にスポーツドリンクは適切とは言い切れない。

経口補水液（oral rehydration solution；ORS）であれば、発展途上国の点滴による治療が行えない場所でも脱水症などの幼児に使用されており、災害時に点滴が不足している状況下の脱水の治療として十分に効果が得られる。ORSの作り方を表1に示す。なお、冷えたまま飲むと腸を刺激してしまうため、できる限り温めるなどの配慮が必要である。

二次感染の防止

嘔吐や下痢を呈し、感染症に罹患した可能性がある患者が発生した場合は、排泄物から

表 2 排泄物からの二次感染の予防方法

排泄物の消毒	排泄物の入った袋に、次亜塩素酸ナトリウム（塩素濃度5%の市販の漂白剤）をキャップ4杯（1杯25mLで100mL≒濃度1,000ppm）入れ、封をして処分する
便器および周囲の消毒	消毒薬（水5Lに塩素濃度5%の市販の漂白剤をキャップ1杯入れる≒濃度200ppm）に浸したペーパータオルでふき取る

の感染や、人から人への感染などの二次感染を予防する必要がある。具体的には、①トイレ後や食事前の手洗い・消毒、②マスク、手袋、可能であればエプロンなどを使用し、下痢や吐物などの排泄物に直接触れないようにする、③排泄物は適切に処理する、などの必要がある。

被災地でライフラインが断たれ、水洗トイレが使用できなくなった場合は、ビニール袋に排泄してもらい、表2の要領で消毒する。その後、便器および周囲を消毒する（表2）。吐物についても同様に行う。排泄物はそのまま乾燥しても感染の原因となるため、乾燥前に直ちにふき取り、処分することが重要である。

感染者が使用するトイレは通常の人とは別のトイレを準備し、できる限り感染の原因となる排泄物から遠ざけ、感染のリスクを減らすようにしなければならない。

これだけは覚えておこう！

- ・水やスポーツドリンクによる水分補給は効果的ではない。
- ・脱水症には経口補水液（ORS）の摂取が有用である。
- ・排泄物からの二次感染予防対策を行うことが重要である。