

# おらほの病院

83

「あたたかな医療をめざして」

諏訪中央病院 リレーコラム

今年も猛暑ですね。しかし外に出れば、額の汗と笑顔をキラキラさせて、全方で夏休みを楽しんでいる子ども達の姿があります。対して、普段から歩くのが遅いと妻に叱られている私ほどいうと、この時期はもはや季節外れのかたつむりのようなスピードでして、のそのそ動く毎日です。

さて、今回は子どもの脱水について話そうと思えます。

子どもは、大人よりも体内で水分が占める割合が大きいと言われています。具体的には、大人は体内の約60%ですが、子どもは65〜70%なんです(ちなみにかたつむりは90%です)。さらに、子どもは1日に、大人より3倍程度の水を消費

## 諏訪中央病院

小児科 専攻医 古谷 康介



するといわれていますし、水分調節も大人と比べ、まだ上手にできません。つまり、子どもにとって、水は体の7割を作るとても重要なものといえます。

では、脱水ってどんな時?病院の受診はいつした

「喉の渇き、疲れやだるさ、手足の痺れなどがすぐに思いつくかもしれません。もちろんこれらは大事な症状の一つで、子どもにもみられるものです。しかし、これらは主観的なもので、話せないくらい小さい

子どもは、自分の気持ちやどんな症状があるかを正確に表現することが難しいと思います。

子どもは、自分の気持ちやどんな症状があるかを正確に表現することが難しいと思います。

## 子どもへの脱水対策 「あれ、おかしいな?」 保護者の感覚が大事

「あれ、おかしいな?」

子どもは、自分の気持ちやどんな症状があるかを正確に表現することが難しいと思います。

子どもは、自分の気持ちやどんな症状があるかを正確に表現することが難しいと思います。

子どもは、自分の気持ちやどんな症状があるかを正確に表現することが難しいと思います。

古谷 康介(ふるや・こうすけ)  
上尾中央総合病院にて初期研修。令和5年4月より  
東京都立小児総合医療センターの院外研修で諏訪中央病院に勤務

子どもは、自分の気持ちやどんな症状があるかを正確に表現することが難しいと思います。

子どもは、自分の気持ちやどんな症状があるかを正確に表現することが難しいと思います。

子どもは、自分の気持ちやどんな症状があるかを正確に表現することが難しいと思います。

(題字は鎌田實名院長)