

小児

コーナー



北病院 管理栄養士
片山 郁乃

「下痢のとき、離乳食は たべさせてもいいの？」

赤ちゃんが下痢をしている時、離乳食はどうしたらいいの？

よく聞かれる質問に対して世界保健機関（WHO）の考えをお示しします。

以前は、「水分や栄養素の消化吸収能力が落ちているので、負担になるものは与えない方がいい。」という考え方でした。しかし最近では、その必要はないと考えられているようです。

WHOでは下痢が続いていても、食欲の回復に合わせて積極的に食べさせることを推奨しています。

優先すべきは、回復に必要な栄養補給なので、嫌がらず食べるようであれば食べさせても大丈夫ということです。

余談ですが、水分を取ることで下痢が悪化する事は無いので、水分補給は十分にしましょう。

