

## どうしてる？子どもが吐いた後の心のケア

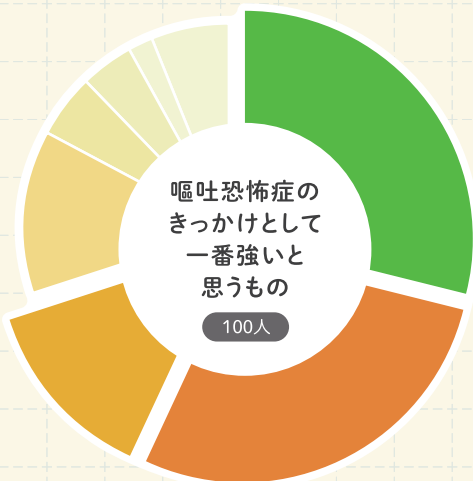


### 突然の嘔吐にビックリ！

子どもは給食時間中に限らず、突然嘔吐することがありますが、いきなりのことにビックリしますよね。その際、消毒などの事後処理を行うとは思いますが、嘔吐した子どもやそれを目撃した周りの子どもの心のケアをどうしていますか？

## 知ってる？嘔吐恐怖症

「嘔吐恐怖症」という精神疾患があります。これは「**気持ち悪くなることや、吐くことに対して、健全ではないレベルでの不安や恐怖を感じ、日常生活に大きな支障が出る精神疾患のこと**」です。当事者は発症のきっかけとして、子ども時代に怒られたことなどを挙げる場合もあります。**子どもの嘔吐に対して「責めない」、「怒らない」ことが大切です。**そして本人や周りに対しても「大丈夫だよ」等と安心させる声かけをして、心のケアもしてあげるようにしましょう。



1 自分が嘔吐したこと

29人 / 100人

2 自分が嘔吐しそうになったこと

28人 / 100人

3 他人が嘔吐したのを目撃してから / 体調不良やストレスがきっかけ

13人 / 100人

- ・自分が嘔吐したのを誰かに怒られた 5人
- ・他人が嘔吐して怒られているのを見た 2人
- ・あまり覚えていない 4人
- ・その他 6人

\*一般社団法人日本会食恐怖症克服支援協会、当事者100人に向けて調査。

## 大人でもかなり苦手な人も多い！

昔の体験から、今でも「嘔吐」に対して強い恐怖を持つ大人も多くいます。**その人にとっては、嘔吐場面に遭遇すると、パニックになってしまい、その場を逃げ出してしまうくらいの恐怖**です。もしかしたら、あなたの職場の中にもいるかもしれませんので、まずはこの資料を職員間で共有し、話題にしてみましょう。

