

婴幼儿急性肠胃炎的照护原则

一、简介

急性肠胃炎是婴幼儿最常见的疾病之一，主要是因细菌（沙门氏杆菌）或病毒（轮状病毒）感染而引起；典型症状为呕吐或腹泻，常会合并腹痛、发烧、腹胀或轻微感冒症状。

二、危险讯号立即就医

- （一）严重的腹泻或呕吐，注意有无脱水现象，如有尿液减少、嘴唇干裂、哭泣时无泪水、婴儿嗜睡或精神萎靡等。
- （二）粪便中有血丝及黏液。
- （三）持续的腹痛，患儿哭闹剧烈，无法安抚。
- （四）持续高烧不退、活动力差或意识不清。

三、注意事项及护理要点

- （一）病童有呕吐情形，通常医师会视实际情况，建议病童禁食 4-6 小时不等。
- （二）若无剧烈腹泻、呕吐、腹痛、腹胀或哭闹不安之情形，可尝试进食米汤、白稀饭、白吐司或白面条，由少到多，由稀到稠。若无不适，再少量尝试新鲜清淡食物。
- （三）以奶粉为主食的病童，可先以稀释一倍的奶粉少量多餐方式喂食。若腹泻的情形无法在三至七日内改善，在医师的指示之下，可能需要改以无乳糖奶粉（即市面上俗称腹泻奶粉）喂食。
- （四）不建议摄取的食物：油炸类、生冷海鲜类、甜品类、牛奶（内含乳糖，大孩子尽量不要喝）、辛辣刺激类。
- （五）加强水份及电解质的补充，遵医嘱使用电解质液矫正脱水情形。每次大小便之后，以温水冲洗臀部，并用纸巾吸干水分，保持臀部清洁干燥，一旦发生臀部发红破皮的情形，应遵医嘱涂抹药膏治疗。
- （六）养成良好的卫生习惯，重在预防。



吃熟食



喝开水



常洗手



经常开窗通风



注意环境卫生，做好消毒工作



出现呕吐、腹泻、腹痛等症状是，应及时就医