

小兒腹瀉

一、原因

- 1.病原體的感染，包括：病毒、細菌、寄生蟲或黴菌的感染。
- 2.腸道本身的炎症，如：潰瘍性結腸炎。
- 3.飲食本身的問題，如：乳糖不耐症、對食物或牛奶過敏、食物中毒等。
- 4.藥物方面：服用抗生素，抑制腸內正常細菌的生長，導致病菌增生。
- 5.身體其他部位的感染。

二、症狀

- 1.排便次數增加，性狀會隨之改變，有時出現黏液或血絲，且水量會增多，每日數次以上，持續的腹瀉可能導致脫水，脫水臨床表徵需觀察：體重、皮膚彈性、黏膜（乾燥）、排尿量（減少或顏色加深）、囟門凹陷等。
- 2.大便呈稀糊狀或蛋花湯樣、有時伴黏液或血絲、有酸臭味。
- 3.腹部咕嚕咕嚕作響，有時哭鬧不安。
- 4.急性感染性腹瀉有時伴隨著發燒、噁心、嘔吐症狀。



三、日常生活注意事項

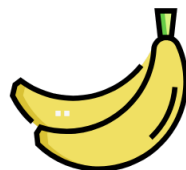
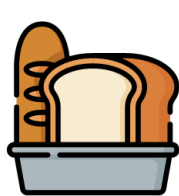
- 1.接觸排泄物之後請用肥皂加強洗手。
- 2.注意觀察臀部是否有發紅現象，可以先以尿布疹的處理方式，可塗抹薄薄一層隔離劑於臀部，如：凡士林、氧化鋅等，避免排便時糞便與皮膚直接接觸造成刺激。
- 3.孩子腹瀉易造成紅臀，應特別注意勤換尿布，每次解便後使用溫水清洗並保持乾燥，注意勿使用痱子粉，因痱子粉有吸附作用會使排泄物接觸皮膚更久，對皮膚造成刺激。
- 4.更換尿布時，可以中性溫和肥皂和清水清洗臀部並擦乾，勿使用含香料、酒精的溼紙巾。
- 5.每天注意觀察大便顏色、性狀、次數，並正確告知醫護人員以做為治療參考。
- 6.如未被告知禁食，同時已無嘔吐情形，二餐之間可給予適當電解質水。

小兒腹瀉

- 7.勿以符水或傳統秘方潤溼唇部或直接喝下。
- 8.請遵照醫師指示按時服用藥物，勿亂服用未經醫師指示的藥物。
- 9.勿共食食物，避免造成交叉感染。
- 10.受病患污染的器物表面，應用 20ml 漂白水加 1 公升清水（1,000 ppm）擦拭；處理患者嘔吐物及排泄物前應戴上手套與口罩，並用 100ml 漂白水加 1 公升清水（5,000 ppm）消毒清理。

四、飲食須知

- 1.急性腸胃炎患者應在醫師指導下，先禁食 1~2 天，請勿給予任何食物（包括：水），使腸胃得到足夠的休息。
- 2.若因禁食難以安撫，可詢問醫護人員可否給予替代品，勿私自餵食任何食物。
- 3.可進食時若有需要，請依醫師指示更換為無乳糖奶粉，勿擅自更改或過量給予。
- 4.奶瓶徹底消毒。
- 5.泡奶前後用肥皂洗手。
- 6.沖泡奶粉要用煮沸的開水，奶瓶須正確消毒及存放並避免接觸不潔物品。
- 7.恢復期食物的選擇以：米湯、稀飯、饅頭→清淡飲食→正常飲食。
- 8.腹瀉期間避免油炸、辛辣、高糖份食物，以免刺激腸胃加劇腹瀉情況。



參考資料

- 黃立琪（2022）。兒童消化系統疾病及其護理。於陳月枝總校閱。實用兒科護理學（9版，530-535頁）。華杏。
- 衛生福利部疾病管制署（2020，1月）。腸病毒感染併發重症。https://www.cdc.gov.tw/File/Get/WT0j1CaG34tnV50uIFSDAg