

急性腸胃炎護理指導

一、 什麼是急性腸胃炎：

腸胃道的黏膜遭受細菌、病毒、桿菌的侵入，造成腸黏膜及胃黏膜的發炎的疾病。

這種炎症發生原因，大部分是食用不清潔的食物或者污染的水，或飲食的製作或用具不清潔，以及烹調者的衛生習慣不良所引起。

二、 症狀：

肚子痛、腹脹、噁心、嘔吐、解多次的稀便或水便。

三、 注意事項：

1. 暫時禁食 6-8 小時，使腸胃休息，酌量喝開水避免大口吞嚥，臥床休息。
2. 如果喝水不會噁心嘔吐，接下來可以吃溫和的飲食，例如稀飯、白吐司或清湯。
3. 依醫師指示及腹瀉程度可適時補充電解水，如果要喝運動飲料則須加開水對半稀釋。
4. 噁心嘔吐及腹瀉期間避免食用牛奶、豆漿、雞蛋或是咖啡、茶、酒精性飲料，以避免症狀加劇。
5. 嘔吐和腹瀉會失去水分，因此須注意脫水的徵象，特別是嬰兒、兒童和老人。脫水症狀包括嘴巴乾燥、唾液黏稠，暈眩或虛弱，尿色暗黃，有時會極度口渴。
6. 嬰幼兒有腹瀉時避免刺激肛門排便，如有發燒，禁用肛門塞劑，可改服口服藥。應經常換尿布且最好每次能用清水清洗，保持臀部乾燥。

***對護理指導單張內容有任何疑問請立即來電詢問：**

健康諮詢中心，聯絡電話：02-29829111分機3169

三重院區____病房，聯絡電話：02-29829111分機_____

板橋院區____病房，聯絡電話：02-22575151分機_____