



## 腸胃炎衛教指導

兒童腸胃炎主要是由於飲食或衛生習慣不良，或呼吸道感染續發之胃腸感染，造成胃及腸道出現炎症反應而出現嘔吐、腹瀉及腹痛症狀。

### ❖嘔吐的護理

- 1.每次餵食時間不超過 20 分鐘，也不要太快。
- 2.發生嘔吐時將孩童抱起，臉朝下、頭稍低以手托住孩童頭以利嘔吐物流出，嘔吐後漱口或口腔清潔。
- 3.注意臉部、頸部皮膚皺摺處、耳後，保持身體衣物的乾淨。
- 4.監測水份及電解質攝入情形，避免脫水及電解質不平衡。
- 5.衛教幼童嘔吐完後需刷牙或漱口，減少胃酸接觸牙齦的機會。

### ❖腹瀉的護理

- 1.孩童之照顧者應在接觸孩童之前後徹底洗手。
- 2.減少飲食或降低配方奶的濃度，待症狀改善後逐漸增加量及恢復配方奶的濃度。
- 3.食物準備宜少量並注意清潔，存放於冰箱之食物勿超過 24 小時，避免滋生細菌腐敗。
- 4.解便後用清水洗淨臀部，以免排泄物沾污或刺激臀部，輕輕擦拭肛門勿過度用力，若皮膚已破損則保持乾燥或暫時不包尿布。
- 5.清淡飲食：可先以半奶(稀釋牛奶)、豆奶或去乳糖奶粉餵食，不宜食用炸雞、薯條、水餃、包子、蛋糕、果汁、汽水等甜的油膩食物。
- 6.注意居家環境及食物衛生，避免蚊蠅滋生。
- 7.玩具及親近物品（例如：奶嘴）須保持清潔乾淨，避免交叉感染。

### ❖腹痛的護理

- 1.將孩童身體調整至容易驅除氣體的位置：把孩童靠在肩膀像餵奶後排除氣體的抱姿一樣，或將孩童放在腿上臉朝下。
- 2.不要經常更換配方奶，會加重腹痛問題。
- 3.在一般情況下孩童偶爾有腹痛發生，可先嘗試協助排便，部分孩童可在排便後腹痛獲得改善。
- 4.若無腹痛、腹脹、腹瀉、嘔吐或哭鬧不安等情形，可在醫師允許之下進食米湯、白稀飯、白土司或白麵條，應細嚼慢嚥，少量多餐。

參考文獻：

黃立琪(2014)·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*(七版，532-539 頁)·台北市：華杏。

陳月枝、黃靜微、林元淑、張綠怡、蔡綠蓉等(2018)·兒童常見消化系統問題及其護理·於陳月枝總校閱，*實用兒科護理*(八版，530-535 頁)·台北市：華杏。



寶建醫療  
社團法人

寶建醫院  
PAOCHIEH HOSPITAL

關心您

總機：08-7665995

院址：屏東市中山路123號

救護專線：08-7330290

網址：[www.paochien.com.tw](http://www.paochien.com.tw)